

しのはらのはら

令和 5 年

7 月号

【第211号】



★ 今月のNEWS ★

障がい児放課後余暇支援事業

とも・とも篠原

夏カレーイベント



日 時： 7月30日（日） 10:30～12:00

会 場： 篠原地域ケアプラザ 2階多目的ホール

対 象： 個別支援学級に通う小学4年生～中学3年生
とも・とも篠原への参加を検討されている方
学校に行きづらいお子さん

参加費： ￥300 ※送り迎えはご家族でお願いします。

保護者の方もご参加できます。待合スペースもあります。

申込締切日： 7月14日（金）

お電話にてお申込みください。

☎ 045-423-1230



メンバー募集中の活動団体

ケアプラザで活動している団体を、毎月少しずつご紹介します！



団体名	活動日	時間	活動内容
GO GO健康OB会	第3木曜日	10:00～11:15	体操、脳トレ
きさらぎ会	第1・3金曜日	9:30～11:00	口腔体操、脳トレ、ストレッチ、筋力トレーニング、ラジオ体操
Hello English	毎週金曜日	10:00～12:00	英語教室【 英語でのラジオ体操、発音練習のあと、各回交替で用意した英訳の詩・俳句・新聞などの内容について皆で語り合います。】
コールしのはら	毎週土曜日	15:00～17:00	合唱・コーラス 合唱祭への参加、コンサート開催等あり
フィットネスソング	第1・3水曜日	9:30～12:00	歌と体操で健康づくり（呼吸体操・発声）

活動団体のご紹介

キッズフラダンス

踊ることで自己表現！

元気に楽しくフラを踊ってみませんか？

催事出演や高齢者施設慰問でフラを披露する機会もあり、普段交流することのない方々とのふれあいをとおして、あいさつの大切さを学び、優しい心を育みます。

日 時： 毎週木曜日 16:00～17:00

会 場： 篠原地域ケアプラザ 2階多目的ホール

対 象： 幼稚園年中～小学3年生

入会金： 無料 月謝:3,000円

体験レッスンは無料！ 随時開催中。



詳細は篠原地域ケアプラザまでご連絡ください。ヨコハマ地域活動ナビでも検索できます➡

お問合せ先

篠原地域ケアプラザ

TEL： 045-423-1230

注意

低価格で誘う換気扇やエアコンクリーニングの電話勧誘

夏本番前“エアコンを久しぶりに使う前に掃除を”と考える方も多いこの季節ですが、低価格で誘うクリーニングの電話勧誘にはご注意ください！

《事例》

自宅に電話があり、「お試し価格の3千円で、換気扇やエアコンのクリーニングができる」と勧誘され、換気扇の掃除を依頼。業者が来訪し換気扇を掃除した後、汚れがつきにくくなるからと、コーティングを強く勧められ、断れずに承諾すると、風呂場や洗面台の換気扇もコーティングされて約30万円も請求された。

- ◎安易に訪問を承諾せず、いったん切って、周りに相談するなどしてから判断しましょう。
- ◎電話勧誘トラブルの防止には、通話録音装置や迷惑電話対策機能が付いた電話機を使用することも有効です。
- ◎作業当日は追加の契約を勧誘されてもその場で決めない、なるべく家族などに同席してもらいましょう。

(独立行政法人国民生活センター ホームページより抜粋)

不審に思った場合や、トラブルにあった場合は、消費生活センター(消費者ホットライン188)への相談や警察に通報しましょう(港北警察:045-546-0110)。

ひとりで悩まずに警察や家族に連絡を!!



高齢者サロン

しのはら人生一服亭

【7月開催日程】

7月5日 おたのしみさろん
7月12日 茶話会
7月19日 茶話会
7月26日 茶話会



篠原地域ケアプラザ2階多目的ホールにて
毎週水曜日 13:30～14:30 開催
(祝日と第5水曜日はお休みです。)

【対象】65歳以上でおひとりでケアプラザまで来られる方

予約不要

お気軽にお越しください。



よこはまシニアボランティアポイント
登録研修会

ボランティア

7月開催日程のお知らせ

※満年齢が65歳以上の横浜市民（介護保険の第1号被保険者）の方であれば、どなたでも登録できます。

7月4日(火) 7月14日(金) 7月24日(月)
登録研修会は2部構成です。

(第1部13:00～14:15 第2部14:30～15:00)



研修会の詳細についてはこちらからご確認ください
(←クリックしてください)

会場：横浜市市民協働推進センター

(横浜市中区 横浜市庁舎1階)

- ➡みなとみらい線「馬車道」駅1C出入口直結
- ➡JR線「桜木町」駅 徒歩3分
- ➡市営地下鉄線「桜木町」駅 徒歩3分

お問合せ先

【発行】社会福祉法人 横浜市社会福祉協議会
横浜市篠原地域ケアプラザ

【住所】〒222-0022 横浜市港北区篠原東2-15-27

【TEL】045-423-1230 【FAX】045-423-1257

【開館時間】月曜日～土曜日 午前9時～午後9時
日曜日・祝祭 午前9時～午後5時

※夜間に貸室利用がない場合は、午後6時に閉館いたします。

【休館日】毎月第3月曜日(祝日の場合は翌日)
【7月18日(月)】

【相談】045-423-1270

月～土 午前9時～午後6時

日・祝 午前9時～午後5時

※上記以外の時間帯は、ケアプラザにかかる相談電話は、相談専用コールセンターに転送し、対応します。



【発行責任者】所長 高橋 真登香
ホームページ ブログ

ケアプラザからのお知らせや
夜間休館日の情報などが
ご覧になれます。

