

たまたて箱



<第122号>令和4年9月20日
〔発行：反町地域ケアプラザ〕
横浜市神奈川区反町1-11-2
電話 321-8004
FAX 321-8077
<http://www.yokohamashakyo.jp/tanmachi/>

ケアプラザより相談電話等のお知らせ

令和4年10月より、福祉・保健に関する相談番号および時間に変更になります。

<電話番号>

代表電話：045（321）8004

相談電話（福祉・保健に関する相談・介護保険について等）：045（321）8026

<相談時間>

月曜日から土曜日まで：午前9時から午後6時まで

日曜日・祝日：午前9時から午後5時まで ※休館日・年末年始を除く

※相談時間以外の時間帯については、相談専用コールセンターに転送し、対応となります。

※来所相談をご希望の場合は、事前にお電話等で連絡のうえ、お越してください。

お手数お掛けいたしますが、よろしくお願いたします。

「ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ」公開開始

横浜市では、地域の方々を中心となって行うサロンや趣味活動の場、日常生活のちょっとした困りごとをお手伝いする活動の情報などを検索できるウェブサイトを開設しました。ぜひご覧ください。

詳細は下記へアクセスしてください。

<https://chiiki-kaigo.casio.jp/yokohama>

QRコード読み取りで携帯・スマーとフォンから見られます⇒



☆反町駅より徒歩3分☆

開館日：月曜日～土曜日 9時～21時

日曜日・祝日 9時～17時

休館日：毎月最終日曜日、年末年始



※駐輪・駐車場はありません。



ライフデザインノート活用講座・書き方講座

病気等で自分の気持ちを周りの人に伝えられなくなったときのために、元気なうちから備えておくことは大切です。『ライフデザインノート』（神奈川区版エンディングノート）を活用して、医療や介護、終末期についてあなたや大切な人のために考えてみませんか？

■ 転倒予防と体のケア～動けるから作り～

■ 講師：介護老人保健施設リハリゾートわかたけ 作業療法士 吉村 将司 氏

■ 日時：11月1日（火）14：00～15：30

■ 会場：沢渡三ツ沢地域ケアプラザ

■ 申込：10月1日（土）より沢渡三ツ沢地域ケアプラザ（557-8210）に

電話または窓口にて申込み 定員：20名（先着順）

■ ライフデザインノート書き方講座

■ 日時：11月8日（火）14：00～15：00

■ 会場：反町地域ケアプラザ

■ 申込：10月8日（土）より反町地域ケアプラザ（321-8004）に

電話または窓口にて申込 定員：20名（先着順）



※この講座は区内地域包括支援センター、区役所 高齢・障害支援課との共催講座です。

ケアプラザ協力医
による

健康相談会

～～毎月第1金曜日開催～～

10月7日・11月4日（金）

13:30～14:30（おひとり30分程度2名まで）

★場 所：反町地域ケアプラザ2階

ボランティアルーム

★予 約：先着順 電話受付



まつしま内科クリニック
松島先生



郵便局出張相談

10月14日（金）



9:30～10:30

横浜ポートサイド内郵便局

11:00～12:00

神奈川宮前郵便局

ケアプラザ職員が郵便局に出張します。介護のご相談、成年後見制度についてのご質問など、お気軽にお立ち寄りください。お待ちしております。



展示作品募集！！ 第2回 反町展示会

今年度も「反町展示会」を開催します！皆さんの自慢の一作を展示してみませんか？今年は反町地域ケアプラザが開所してから30年という記念の年になります。皆様のご参加をお待ちしています！！

展示期間：11月9日（水）～11月13日（日）11：00～15：00

会場：反町地域ケアプラザ2階 ボランティアルーム・ボランティアコーナー

応募方法：お電話または来館にて事前申込（先着順）

※原則、ご自身（またはご家族等）で作品の搬入ができる方。搬入が難しい方は応相談。

反町地域ケアプラザ デイサービスについて 『健康麻雀』始めました～！



デイサービスでは、ご利用者様の意思を尊重し、心身の状況および環境等に応じて、可能な限り住み慣れた地域で自立した生活ができるよう、お手伝いします。

午後にレクリエーションの時間があり、季節感を大切に、選択できるプログラムを増やしています。その中の1つでこの夏から「健康麻雀」を始めました！地域にお住いの麻雀ができる方にボランティアとなっただき、麻雀に興味があるご利用者様のサポートをしていただいています。

クラシック音楽をかけながら麻雀を楽しみ、あっという間に時間が過ぎてしまう、楽しいひと時です♪
ご興味がありましたら、ケアプラザまでお問い合わせください。

※デイサービスご利用は介護認定を受けている方が対象です。

反町地域ケアプラザ予定表

10月

午前開催

午後開催

※主催・共催事業を掲載しています。新型コロナウイルス感染拡大状況により予定が変更する可能性があります。詳細はケアプラザまでお問合せください。

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 反町体操教室	4 布おもちゃグループ 青木なかよし会	5	6 木曜いこいの広場	7 反町男塾 協力医による健康相談	8
9	10 ポッチャ	11 布おもちゃグループ	12 ご近所お茶飲み会	13	14 反町活き粋シニアの会	15 悠々亭
16	17 反町体操教室	18 布おもちゃグループ 介護者のつどい	19 健康体操講座	20 木曜いこいの広場	21	22
23 30 休館日	24 ポッチャ 31	25 布おもちゃグループ	26 ご近所お茶飲み会	27	28 リトモバンビ 反町活き粋シニアの会	29

11月

午前開催

午後開催

日	月	火	水	木	金	土
		1 布おもちゃグループ 青木なかよし会	2	3	4 反町男塾 協力医による健康相談	5
6	7 反町体操教室	8 布おもちゃグループ ライフデザインノート■きか講座	9 反町展示会 ご近所お茶飲み会	10 反町展示会	11 反町展示会 反町活き粋シニアの会	12 反町展示会
13 反町展示会	14 たんたんキッズ ポッチャ	15 布おもちゃグループ 介護者のつどい	16	17 木曜いこいの広場	18 親子でワッと遊ぼう	19 悠々亭
20	21 反町体操教室	22 布おもちゃグループ	23 ご近所お茶飲み会	24	25 リトモバンビ 反町活き粋シニアの会	26
27 休館日	28 ポッチャ	29 布おもちゃグループ	30			

お問合せ・お申し込みは反町地域ケアプラザまで TEL 321-8004