

# たまたて箱



＜第123号＞令和4年11月25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・保健に関する相談や介護保険等についてのご連絡をいただく際、電話番号および対応時間が変更となっております。お電話をいただくお時間によって電話番号が異なります。お手数お掛けしますが、下記詳細をご確認いただき、ご連絡いただきますよう、よろしくお願いいたします。

### ＜電話番号＞

■代表電話：045（321）8004

※平日午後6時まで・日祝日は午後5時までは代表番号におかけください。

■相談電話：045（321）8026

※平日午後6時以降・日祝日は午後5時以降は相談電話番号におかけください。

（こちらの電話番号におかけいただいた場合は、ケアプラザ職員ではなく、コールセンターにつながるようになっています。）

### ＜ケアプラザ相談時間＞

月曜日から土曜日まで：午前9時から午後6時まで

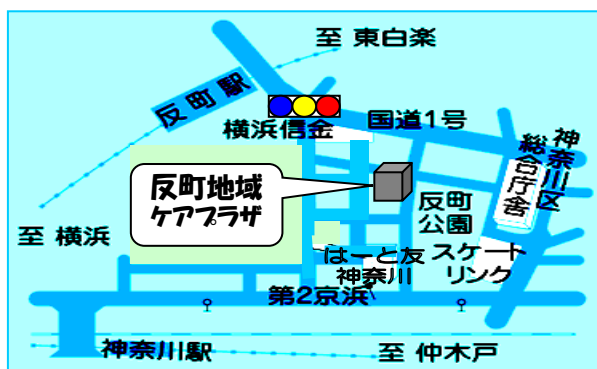
日曜日・祝日：午前9時から午後5時まで ※休館日・年末年始を除く

※ケアプラザ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、お越しくください。

## ～年末年始休業のお知らせ～

**12月29日(木)～1月3日(火)までお休みとさせていただきます。**

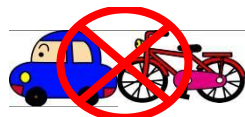


☆反町駅より徒歩3分☆

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。





# Ah~! さくら体操教室



1月より、**第1・3水曜日の午前中**に新しい**体操教室**を開催します！  
 まだ、**どこの体操教室にも通っていない方を対象**とします。体操に興味があるけれど、参加する場所がなかった方、この機会に体操してみたいとお考えの方、介護予防にご興味がある方など、是非この機会にご参加をお待ちしています！！

◆日程：1月18日

2月1日・2月15日 10:00~11:30

3月1日・3月15日 いずれも水曜日



◆対象：まだどこも体操教室に通っていない方 概ね60歳以上の方

◆定員：25名（上記の日程すべてにご参加可能な方、人数オーバーの場合は抽選になりますのでご了承ください。）

◆申込：電話または窓口にて申込受付

◆持ち物：飲み物・タオルなど（動きやすい服装）

◆参加費：3月まで無料



## 行政書士による 無料相談会

- ◆日時：1月18日（水）  
13:30~15:30
- ◆場所：反町地域ケアプラザ2階  
ボランティアルームまたはBホール
- ◆定員：先着8組（1組30分程度）
- ◆申込み：電話受付

遺言・相続・成年後見等、今の生活や今後の不安を身近な場所で専門家に相談できる機会です。ぜひご活用ください。

## 郵便局出張相談

12月15日（金）

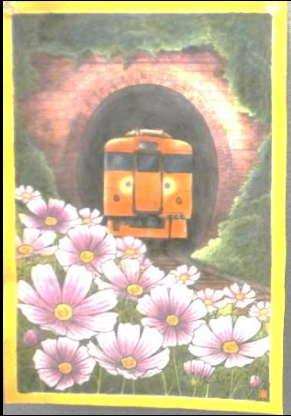


9:30~10:30  
横浜ポートサイド内郵便局

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。





## <ご報告> 第2回 反町展示会

11月9日（水）～13日（日）までの5日間で開催いたしました。出品作品はおおよそ50作品。ケアプラザ周辺にお住いの方や、デイサービスのご利用者様に、趣味や特技としている水彩画、油絵、編み物、切り絵、木彫りなどを出品いただきました。また、ケアプラザ周辺の「まちの歴史」として、昔の写真や、資料をお借りして、併せて展示させていただきました。

短期間でしたが、多くの方に足を運んでいただき、ご覧になられた方は「1時間も見入ってしまった」「皆様を楽しみながら作品を作られているのだろうなと感じることができた」「もっとたくさんの方に見てもらいたい」「地域の移り変わりが懐かしく感じた」など、感想をたくさん書いてくださいました。

今後もみなさまの作品や、地域の歴史などをご紹介するコーナーを企画したいと考えていますので、自慢の作品や、地域の昔の写真などをお持ちの方、是非ケアプラザまでお声掛けください。

# 反町地域ケアプラザ予定表

## 12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 木曜日 こいの広場	2 反町男塾 協力医による健康相談	3 かなプラ子育て 会場利用説明会
4	5 反町体操教室	6 布おもちゃグループ 会場利用説明会	7	8	9 反町活き絆シニアの会	10
11	12 たんたんキッズ ポッチャ	13 布おもちゃグループ 青木なかよし会	14 ご近所お茶飲み会	15 木曜日 こいの広場	16 体力測定de健康アップ講座	17 悠々亭
18	19 反町体操教室	20 布おもちゃグループ 介護者のつどい	21 健康体操講座	22 木曜日 こいの広場	23 リトモバンビ 反町活き絆シニアの会	24
25 休館日	26	27 布おもちゃグループ	28 ご近所お茶飲み会	29 休館日	30 休館日	31 休館日

## 1月

午前開催

午後開催

日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2 休館日	3 休館日	4	5 木曜日 こいの広場	6 反町男塾 協力医による健康相談	7
8	9 反町体操教室	10 布おもちゃグループ 青木なかよし会	11 ご近所お茶飲み会	12	13 反町活き絆シニアの会	14
15	16 たんたんキッズ ポッチャ	17 布おもちゃグループ 介護者のつどい	18 Ah~さくら体操教室 行政書士による無料相談会	19 木曜日 こいの広場	20 親子でワッと遊ぼう	21 悠々亭
22	23 反町体操教室	24 布おもちゃグループ	25 ご近所お茶飲み会	26	27 反町活き絆シニアの会	28
29 休館日	30 ポッチャ	31 布おもちゃグループ				

お問合せ・お申し込みは反町地域ケアプラザまで TEL 321-8004