



豊田地域ケアプラザ イベントカレンダー 2月

月	火	水	木	金	土	日
1 3B 体操 A:高齢者体操 13:00～14:30 B:中高年体操 14:45～16:15	2	3	4 豊田 CP ガーデニング部 9:30～11:00	5 和田先生の 健康相談 13:00～13:30	6  豊田地域ケアプラザ マスコットキャラクター りっぶるん	7
8 豊田スクエア ステップ 10:00～11:30 レコード喫茶 13:30～16:00	9 親子の広場 ぽっかぽか 10:00～14:00	10	11 未就園児 の親子のサロン。 保護者同士の交流や 子育ての悩みを話せる 場です。今回は 絵本の読み聞かせ の講座があります！	12	13	14 貸館休業 デイサービス 通常営業
15 3B 体操 A:高齢者体操 13:00～14:30 B:中高年体操 14:45～16:15	16	17 ご近所茶話会 (第一部) 13:00～14:00 ご近所茶話会 (第二部) 15:00～16:00	18 豊田 CP ガーデニング部 9:30～11:00	19 子育てティー サロン 10:00～11:30 和田先生の 健康相談 13:00～13:30	20	新型コロナウイルス感染 拡大の状況により、中止 になる場合があります。 ご了承ください。
22 豊田スクエア ステップ 10:00～11:30	23 木暮先生 を迎えて 2～3 歳児の 食事の時間、寝る時間 を整えるための生活 リズムのお話しです 要予約	24	25 「生活リズム を整えよう」 10:30～11:30	26 豊田スリー A プログラム 13:30～15:15	27 ヤングケアラ ー・ダブルケア ラーのつどい 10:00～12:00	
2月から予定していた 「こだわりのコーヒー講座」 は延期します。		このカレンダーに掲載されているイベント等につ きまして、申し込みや不明点などありましたら、豊田地域ケアプラザ（TEL：864-5144） までお気軽にお問い合わせください。				

2月の豊田地区あいさつ標語

あいさつで はじめの一步 思いやり

豊田 地域ケアプラザ だより

2
2021

Toyoda community care plaza NEWS



フレイパーク in 金井公園

～「ケガと弁当は自分持ち」で自由に遊ぶ～

発行: 横浜市豊田地域ケアプラザ 栄区飯島町 1368-10 電話: 864-5144 責任者: 所長 三木 渉
この広報紙は町内会自治会の皆様のご協力を得て回覧させていただいております



地域の活動 ご紹介

ゆめひろば 金井公園 プレイパーク

プレイパークとは？

できるだけ禁止事項をなくし、子どもたちが自由に遊べる野外の遊び場です。横浜市内には 25 か所あります。横浜市では、地域の方が主体となり、市のサポートを受けながら開催しています。

金井公園では、 いつ始まったの？

「ゆめひろば金井公園プレイパーク」は、5～6 年前から月に1度開催しています。開催当初からお子さんと一緒に参加していた葉さんが今では代表としてまとめています。

「ケガと弁当は自分もち」「自分の責任で自由に遊ぶ」が合言葉。

なるべく禁止事項をなくし、子供の自主性を大切にしたい遊び場である「プレイパーク」が豊田地区にもあります。

公園などでの禁止事項も増えてきて遊びにくくなってきた昨今、好きなように遊べる貴重な場となっています。今回は金井公園で月 1 回行われている「ゆめひろば金井公園プレイパーク」の活動をご紹介します。



たき火の周りに集まって、みんな興味津々。中には焼き芋が。



ロープワークで作ったブランコ



どんなことができるの？

子どもたちの「やりたい」という気持ちを大切に、木登り、ロープブランコ、木と木の間にロープを渡して作ったミニアスレチックなどで遊んでいます。屋根のあるステージ上では、木工体験もできます。今は、『鬼滅の刃』に出てくる刀を作るのが子どもたちの間で大人気！近くの工務店から分けてもらった端材で、金づちやノコギリを使って自由に制作。大人たちは、木を押さえるのを手伝ったりしながら見守ります。たき火の周りには、自然と人が集まります。そこでは、各自が持って来たおイモやお餅を焼いたり、フライパンでホットケーキを焼くツワモノもいて、普段できない遊びに子どもたちの目が輝きます。

そのほか、冬は公園の枯葉や枯れ枝を集めてたき火をしたり、夏には大きなビニールシートを広げて水を流して、手作りウォーターライダーで遊びます。枯葉や枯れ枝は、共催している金井公園が用意してくれています。



刀づくりに夢中。



工具置き場。それぞれに「とんとん」や「かんかん」と名前が付いている。

参加するにはどうすればいいの？

当日、受付で簡単に住所と名前、学校名などを記入するだけ。参加費はありません。わからないことは、受付担当のようこさんに聞いてね！子どもがひとりで来ても大丈夫ですよ。

プレイパークは、何かを教わる場所ではなく、子どもたちが自分でやりたいことを見つけ、それをやってみよう！という場です。ノコギリや金づちの使い方、火の扱い方、どこまでが安全でどうなると危険かを経験しながら学んで欲しいと思っています。

子ども同士で教えあったりする中で、自然と遊びが発生し、作品が生まれています。大人は見守り、危険なところは声をかけますが、大人の価値観の押しつけにならないように気を付けています。

今年度の予定

2/21(日)、3/28(日) 10:00～15:00
雨天中止(小雨決行かも…)
※フェイスブックでご確認ください。

世話人さん（ボランティア） 募集中！

一緒にプレイパークを創ってくれる方を大募集中です。子どもの遊びを見守ってくれる方、ベゴマができる方も大歓迎です。一度、遊びに来てください！



代表の葉(くわ)さん

ゆめひろば金井公園プレイパーク

TEL: 045-851-8333(金井公園事務所)

FB : <https://ja-jp.facebook.com/yumehirobakanai/>

栄養と健康

みなさんこんにちは。私たちヘルスメイトは「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に食生活を中心とした健康づくりを地域で広める活動をしています。

昨年からコロナ禍で、家に閉じこもる生活が続き、また冬の寒さで出かけるのが億劫になって動かない生活になっていませんか。こんな時は冬野菜を使ったあったかいスープで身体を暖めてください。

また、元気に過ごすために、簡単に作れる一品を足してバランスの良い食事とるようにしましょう。温まるスープのご紹介です。



食生活等改善推進委員会
会長 安養寺さん

～れんこんと白菜のあったかスープ～

材料（2 人分）

はるさめ（乾燥）	10 g
白菜	100 g
れんこん	100 g
片栗粉	大さじ 2/3
サラダ油	適量
だし汁	2 カップ
しょう油	大さじ 2/3

作り方

- ① はるさめは熱湯でもどし、5 cmの長さに切る
- ② 白菜は一口サイズに切る
- ③ れんこんはすりおろして片栗粉を混ぜ直径 3 cm ぐらいの団子を作る
- ④ フライパンに油を熱し③の団子をこんがり焼く
- ⑤ 鍋にだし汁を入れ、白菜とはるさめを煮る
- ⑥ のれんこんも加えて煮て醤油で味を調える
- ⑦ 器に盛り、カイワレ大根を散らす



要注意

豊田地区でも空き巣・忍込みが発生しています。対策をとって被害を未然に防ぎましょう。

“しっかり戸締り”

ゴミ出しなどのちょっとした時間でもカギをかけましょう！

“家に人を入れない”

業者（ガス・水道）になりすまし、点検や調査と言って家に上がり込む手口が流行っています。