



やまなみ

令和3年9月1日発行
金沢区釜利谷南2-8-1
Tel 788-2901
社会福祉法人 すみなす会
横浜市釜利谷地域ケアプラザ
編集責任者 佐藤一美



横浜市釜利谷地域ケアプラザのお知らせ



令和3年9月号

知って得する教室「お金のほなし」

10月30日(土)13:30~15:00

講師：クラシデザイン代表 ファイナンシャルプランナー
波柴 純子 氏

内容：生きているだけでかかるお金・年金の計算方法
インターネットバンキングって何？
どなたでも 20名 無料 9/10~受付



講演会「ヤングケアラーについて」

9月14日(火)14:00~15:30

講師：関東学院大学看護学部教授
青木 由美恵 氏

どなたでも 30名
無料 受付中



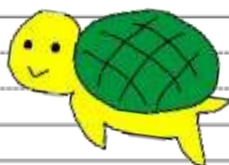
釜利谷のお守り！ かまもりホルダー 登録会のお知らせ

“外出先で突然倒れた、急に帰り道を思い出せなくなった” そんな方が一の事態に対応できるように、高齢者の方が携帯できる「かまもりホルダー」の登録会を開催します。

- ★費用：200円 ★申込み場所・申込み方法：横浜市釜利谷地域ケアプラザで、ご本人またはご家族が直接申込み
- ★申請登録に必要なもの：①本人確認証(介護保険者証、運転免許証、健康保険証など)
②緊急連絡先のわかるもの(氏名、住所、電話番号)

★対象者：横浜市釜利谷地域ケアプラザの地域包括支援センター担当エリア在住の65歳以上の方

釜利谷東 1・2・3・6・7・8丁目 全域	
釜利谷東 4丁目	1~52番 全域 53番 2・3・6・9・11・14・35・37・41・44 55番 1・2・3・6・8・9 56番 10・11・14・15・17・19
釜利谷東 5丁目	4番 6・7・16・35
釜利谷南 1丁目	全域
釜利谷南 2丁目	2~41番全域 43番 20・38・44・45 44~58番全域
釜利谷南 4丁目	1~10番
高舟台 1・2丁目	全域



開催日時・会場
10月14日(木)
11時 ~ 12時
釜利谷地域ケアプラザ
ボランティアルーム
※お申し込みは不要です。
直接会場へお越しください。

※1階受付で、検温と入館名簿の記入をお願いいたします。

クリスマス スノードーム作り

11月3日(水)10:00~12:00

対象：知的障がいのある小学生~成人の方 12名
参加費：600円 受付10/1~

講師：手芸(てづくり)くらぶ 柴山 裕美 氏

お申し込み・開催会場ともに

横浜市 富岡 地域ケアプラザ(富岡西7-16-1) Tel 771-2301

主催：横浜市富岡地域ケアプラザ・横浜市柳町地域ケアプラザ・横浜市釜利谷地域ケアプラザ



(画像はイメージです)

「エンディングノート」と「もしも手帳」

10月14日(木)10:00~11:00

どなたでも 15名
無料 9/2~受付

主催：横浜市釜利谷地域ケアプラザ

協力：金沢区在宅医療相談室

一人一冊さしあげます



横浜市西金沢地域ケアプラザ・横浜市釜利谷地域ケアプラザ 共催事業

「横浜市八聖殿郷土資料館 出張講座」

①②ともに：どなたでも 20名 無料

① 12月14日(火)13:30~15:30 → 会場/申込：11/11~横浜市西金沢地域ケアプラザ Tel 788-2228

「金沢区や釜利谷の地形と歴史・超入門」3万年くらい前から近現代まで

② 1月11日(火)13:30~15:30 → 会場/申込：11/12~横浜市釜利谷地域ケアプラザ Tel 788-2901

「鎌倉御家人・超入門」& 散策のポイントや目印



英会話・英語の歌・英語遊び等 楽しい時間を一緒に過ごしましょう!

かまみや英語クラブ



9月4日(土)13:30~14:30 受付中
対象:知的障がい等ある方 16名 1回300円
*次回予定 10/9

~座ったままでできる健康体操~
月曜日には体操を!
9月13日(月)10:15~11:30 -> 受付中
どなたでも 15名 1回300円
*次回予定 10/11

きぐちゃんのからだ遊び・こころ遊び 麦わら帽子クラブ
9月17日(金)10:30~11:30 -> 受付中
10月15日(金) -> 9/1~受付
11月19日(金) -> 10/1~受付 1回300円
対象:おおむね1~4歳児と保護者 10組

リズム体操遊び Moo-Mooクラブ
9月14日(火)10:15~11:15 -> 受付中
10月12日(火) -> 9/1~受付
11月9日(火) -> 10/1~受付 1回300円
対象:おおむね1歳半~6歳児と保護者 12組

おはなし会 10月18日(月)11:30~12:00
☆絵本☆わらべうた☆手遊び など
内容は子ども向けですが妊婦さんや興味のある大人もどうぞ。
8組 無料 受付中
*次回予定 12/20

フラレール広場
10月25日(月)10:00~11:30 (11:15~お片付け)
どなたでも 10組 無料 受付中
*次回予定 12/22

一緒に歌を歌いましょう!
9月17日(金)13:30~14:45 -> 受付中
どなたでも 18名 1回400円
*次回予定 10/15

秋葉隆行先生のゴスペル教室
9月18日(土)10:30~11:45 -> 受付中
どなたでも 18名 1回1000円
歌詞は英語です *次回予定 10/23 (第4土曜日)
Gospel Class
Date and Time Sep. 18 (Sat.) 10:30 a.m.-11:45 a.m.
Fee: ¥1000. All in English. Why don't you enjoy singing gospel songs and popular songs?

はいねずみのお針箱
9月29日(水)12:30~14:30
どなたでも 18名 無料 受付中
手芸またはおしゃべりを楽しむスペースがあります。
*次回予定 11/24

介護者のつどい
9月15日(水)10:00~11:00 受付中
対象:介護している方や介護経験者等 無料

かまみやサロン 認知症についての話、情報交換など
9月30日(木)13:30~15:00
対象:認知症の方とご家族 無料 受付中
場所:横浜市釜利谷地域ケアプラザ

保護者と参加する講座の参加費はひと家族分です

参加にはお申込みが必要です



入館されるすべての方に1階受付で検温(非接触式)を実施しております。ご協力をお願いいたします。

*** 参加にはお申込が必要です。当日でもお気軽にお問合せください。***
障がいのある方は対象に関係なくご参加いただけます。1階受付で検温と入館名簿の記入をお願いいたします。
横浜市釜利谷地域ケアプラザ 地域活動・交流 電話 788-2901 釜利谷南2-8-1

子育てサポートシステム 入会説明会 9月11日(土)13:30~14:30
申込み・問合せ/主催:金沢区地域子育て支援拠点「とことこ」横浜子育てサポートシステム金沢区支部事務局 TEL 352-7110
共催:横浜市釜利谷地域ケアプラザ 会場:横浜市釜利谷地域ケアプラザ 多目的ホール 定員:15名

地域包括支援センターからのお知らせ



「みんなで防ごう高齢者虐待」

高齢者の虐待は、誰もが直面するかもしれない問題です。「虐待者が悪者だから」虐待が起きているわけではありません。だからこそ、皆が自分自身の問題として考え高齢者虐待が起こらないよう、地域全体で支えあっていくことが大切です。虐待が起きない地域づくりのために…地域の方にはお願いします。

- 1、あいさつを交わす<日常生活での声掛け等>
- 2、見守り<新聞が何日もたまっている、夜になっても明かりがつかない等>
- 3、元気づけ<道で会っても元気がないようなときの声掛け等>

気がかりなことがありましたら、近くの地域包括支援センターへご連絡ください。

かまりやサロン

日 時：令和3年9月30日（木）
13：30～15：00

対象者：認知症の方とご家族

内 容：認知症についての話、
情報交換など

場 所：釜利谷地域ケアプラザ

参加費：無料



介護者のつどい

テーマ『おしゃべりの会』

日 時：令和3年9月15日（水）
10：00～11：00

対象者：介護している方または
介護経験者等

場 所：釜利谷地域ケアプラザ

参加費：無料



今からはじめる健康講座 全2回コース

1日目🌸令和3年10月7日（木） 10：00～11：30 貯筋運動

2日目🌸令和3年10月12日（火） 13：30～14：30 栄養編

14：40～16：00 口腔編

- ・参加費：無料
- ・場 所：釜利谷地域ケアプラザ多目的ホール
- ・対 象：概ね65歳以上の方
- ・定 員：各回25名程度（定員になり次第締切）

※1日目は動きやすい服装で、タオル、飲み物、運動靴（室内履き）をお持ちください



各事業に参加希望の方は、事前に電話または来所での申し込みをお願いします。
また、来所される場合は検温・マスクの着用をお願いいたします。

申込み・お問合せ…釜利谷地域ケアプラザ【045-788-2901】

釜利谷“親子ほっとサロン”（子育てフリースペース） 開催しています！
10月18日・11月15日・12月20日・1月17日・2月21日・3月28日（月曜開催）
時間：10時から11時30分 ※11月・1月・2月はミニイベントを開催します。

※コロナウイルス感染拡大防止のため中止となる場合があります。



主催：釜利谷地区社会福祉協議会（釜利谷子育て連絡会）
共催：釜利谷地区連合町内会・釜利谷地区民生委員児童委員協議会及び保健活動推進委員会
後援：金沢区役所・金沢区社会福祉協議会・西金沢地域ケアプラザ・釜利谷地域ケアプラザ
※「赤い羽根共同募金及び金沢ふれあい助成金」により実施しております。



発達に心配のある子どもをもつママのためのおしゃべり会「カモミール」

月に一度、発達に心配のある子どものいるママ達が集まって「おしゃべり会」を開催しています。
困ったこと、心配なこと、進路のことなどについて、一緒におしゃべりしませんか？

「ゆるいつながり」をモットーに活動しています。会費・役員はありません。

対象：主に釜利谷地区在住で、普通級籍で支援の必要なお子さんのママ、支援学級・支援学校に在籍のお子さんのママ

活動日：9月17日（金）/10月15日（金） ※感染拡大防止のため日時変更や中止となる場合があります。

連絡先：chamomile.kamariya@gmail.com 担当：久保まで E-mailでお問合せください。

ご存知ですか？ 横浜市障害者後見的支援制度

～障がいのある方が、地域で安心して暮らすために～



親亡き後も障害のある方が地域で安心して暮らしていくための横浜市独自の事業です。
将来の暮らしについての漠然とした不安、悩み、希望等を伺い一緒に考えていきます。
またご本人を知っている方の層を広げていき、地域での繋がりを作っていきます。
先日、事務所も金沢文庫に引越しをしました。お気軽にお問い合わせください。

金沢区障害者後見的支援室 帆海(ほなみ) 金沢区釜利谷東 2-15-20



平日9:00～17:00（土日・祝日休み）

金沢文庫金井ビル 1F
電話：045（788）2114
FAX：045（788）2160

金沢区安全・安心メールより

役所などを名乗り還付金があると言って、手続きのために無人ATMに誘導し、
携帯電話で指示をしながらATMを操作させる手口の詐欺が増加しています。



- ・ATMを操作して、還付金の手続きをすることはありません！
- ・金融機関の窓口が閉まっている時間に店舗内ATMで手続きをさせる被害も発生しています！

もし、携帯電話を使用しながらATMを操作している方を見かけたら、詐欺の被害者かもしれませんので、積極的な声かけをお願いします。



横浜市釜利谷地域ケアプラザでは 原則最長2週間、**車椅子の無料貸出し**をしています。
電話または来所にてお問い合わせください。

広報紙「やまなみ」をお役立てください



サークル活動紹介、ケアプラザへのご要望・質問…等、皆様からのご投稿をお待ちしております。

横浜市釜利谷地域ケアプラザ 地域活動・交流まで

電話/045-788-2901 www.suminasu.or.jp/kamariya/ または

釜利谷地域ケアプラザ

