



**知って得する教室「お金のはなし」** 無料 受付中  
**10月30日(土)13:30~15:00** どなたでも 20名  
 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？



**「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 受付中**  
 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 **一人一冊進呈**



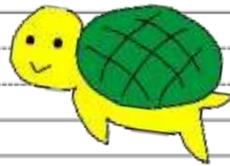
### 釜利谷のお守り！ かまもりホルダー 登録会のお知らせ

“外出先で突然倒れた、急に帰り道を思い出せなくなった” そんな万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<br>53番 2・3・6・9・11・14・35・37・41・44<br>55番 1・2・3・6・8・9<br>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<br>43番 20・38・44・45<br>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。

### 認知症サポーター養成講座

## 認知症について学ぼう！

認知症ってどんな病気？どうやって接したらいい？どこに相談するの？と、認知症に関することで知りたいことはありませんか？

この講座では、認知症の基礎知識と、認知症の方との接し方などを講義とDVDや紙芝居を通して学びます。

住み慣れた地域で誰もが生活を続けられるよう、認知症の正しい知識を身につけて、家族や友人、地域の人を支える「認知症サポーター」になりませんか？

講師は地域で活躍している「認知症キャラバン・メイト」が担当します。

みなさんのご参加お待ちしております！

当日午後、RUN 伴+三浦半島のランナーが釜利谷地域ケアプラザに立ち寄ります。みんなで応援しましょう！

子どもも大人も誰でも参加できるよ！



日時：令和3年11月6日(土)  
 10:00~11:30  
 場所：横浜市釜利谷地域ケアプラザ  
 定員：20名(定員になり次第締切)  
 参加：無料 受付中

内容  
 ・認知症に関する講座  
 ・DVD  
 ・認知症に関する子供向け紙芝居

主催：釜利谷エリア認知症キャラバン・メイト交流会  
 事務局：横浜市釜利谷地域ケアプラザ

参加者全員にオレンジリングをプレゼントします☆

申込・お問い合わせ  
 横浜市釜利谷地域ケアプラザ  
 電話 788-2901

\*\*\* 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。





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!

### かまいや英語クラブ 受付中

10月9日(土)13:30~14:30 \*次回予定 11/6  
対象: 知的障がい等ある方 16名 1回300円

### きぐちゃんのからだ遊び・こころ遊び 麦わら帽子クラブ

10月15日(金)10:30~11:30 → 受付中  
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

### フラレール広場 10月25日(月)10:00~11:30

どなたでも 10組 (11:15~お片付け)  
無料 受付中 \*次回予定 12/22

### ~座ったままできる健康体操~ 月曜日には体操を!

10月11日(月)10:15~11:30 → 受付中  
どなたでも 15名 1回300円 \*次回予定 11/8

### 秋葉隆行先生のゴスペル教室 ♪歌詞は英語です

10月23日(土)10:30~11:45 → 受付中  
どなたでも 18名 1回1000円 \*次回予定 11/20

### 介護者のつどい 介護している方や介護経験者等

11月17日(水)10:00~11:00 受付中 無料

### リズム体操遊び Moo-Mooクラブ

10月12日(火)10:15~11:15 → 受付中  
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

### 一緒に歌を歌いましょう!

10月15日(金)13:30~14:45 → 受付中   
どなたでも 18名 1回400円 \*次回予定 11/19

### はいねずみのお針箱

11月24日(水)12:30~14:30 受付中  
どなたでも 18名 無料 \*次回予定 1/26  
手芸またはおしゃべりを楽しむスペースがあります。

### かまいやサロン 認知症についての話、情報交換など

10月28日(木)13:30~15:00  
対象: 認知症の方とご家族 無料 受付中

### 今からはじめる健康講座 全2回コース 概ね65歳以上の方 無料 各回25名程度

1日目 10月7日(木)10:00~11:30 貯筋運動 ※タオル、飲み物、室内履きをお持ちください  
2日目 10月12日(火)13:30~14:30 栄養編、14:40~16:00 口腔編 受付中

### \*\*\* 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。入館者はマスクの着用と検温の実施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

釜利谷地域ケアプラザ

### 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: 10月15日(金) / 11月19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](mailto:chamomile.kamariya@gmail.com) 担当: 久保まで E-mailでお問合せください。

### 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 600円

講師: 手芸(てづくり)くらぶ 柴山 裕美氏

お申込み・開催会場ともに 10/1~ 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)

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