

やまなみ

春のご挨拶

こんにちは、釜利谷地域ケアプラザ所長の佐藤です。

金沢区内には中学校圏域に1ヶ所の地域ケアプラザが整備されてきました。今年3月に10館目の地域ケアプラザが西柴に開所します。この新しい地域ケアプラザ開所に合わせて、区内の各ケアプラザが担当する圏域について、少しずつ変更があります。釜利谷地域ケアプラザ圏域では、レイディアントシティ横濱が新たな担当エリアとなる予定です。

新しいエリアの方々とも顔が見える関係の構築等を進め、相談窓口としての役割をしっかりと果たしていきたいと考えております。

釜利谷地域ケアプラザでは、地域にお住まいの方を対象に様々な事業・企画をしております。

この「広報紙やまなみ」等をご覧いただき、是非ケアプラザに足を運んでくださることをお待ちしております。ホームページでも通信やチラシを載せていますので、ゆっくりご覧いただけると幸いです。

寒い日が続いている中でも春の足音が聞こえてきています。

少しずつ身体をほぐしながら日々の生活をお過ごしください。



横浜市釜利谷地域ケアプラザ所長 佐藤一美



釜利谷のお守り！ かまもりホルダー 新規登録者募集中！

“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、高齢者が携帯できる見守りキーホルダーとして、平成30年4月1日から開始しました。

令和4年度から、地域のみなさんとあなたでも（年齢制限なし）ご利用いただけるようになりましたので、ぜひご登録ください♪（※中学生以下の方は保護者の方が申請をお願いします。）

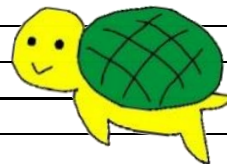
★費用：200円 ★申込み場所・申込み方法：横浜市釜利谷地域ケアプラザで、ご本人またはご家族が直接申込み

★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・42・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
釜利谷南4丁目	44～58番 全域
釜利谷南4丁目	1～10番
高舟台1・2丁目	全域
大道1丁目	81番 13～33
大川1～6丁目	全域
大川7丁目	1～11（20・32・41～45・47・48を除く）



歴史講座 「伝承・神話と災害」

講師：横浜市八聖殿郷土資料館 館長 相澤 竜次 氏

～伝承や神話と災害との関連付け～

3月2日(木)13:30～15:30

どなたでも 40名
受付中 200円



各地で発生した災害は大きな被害をもたらしました。それらの災害の教訓は記録として、図画として、物語として、ことわざとして伝承されているものがあります。古くから伝えられてきた教訓を防災意識高揚に役立てていただければと思います。

体にやさしいヨガ ～週末の体ほぐし～ 4月22日(土)13:30～15:00

どなたでも 14名 500円 3/22～受付

※毎月2回の開催を予定しています。 ※ヨガマットはご用意しています。



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！

かまりや英語クラブ

3月4日(土)13:30～14:30 *次回予定 4/1
知的障がい等ある方 16名 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

3月17日(金)10:30～11:30 → 2/1～受付
おおむね 1～4 歳児と保護者 10組 300円

リズム体操遊び Moo-Moo(ムームー)クラブ

3月27日(月)10:15～11:15 → 2/1～受付
おおむね 1 歳半～6 歳児と保護者 12組 300円

子育て応援！ 4月開催分から参加費が 無料になります！

きぐちゃんの からだ遊び・こころ遊び 麦わら帽子クラブ

4月21日(金)10:30～11:30 → 3/1～受付
おおむね 1～4 歳児と保護者 10組

リズム体操遊び Moo-Moo(ムームー)クラブ

4月24日(月)10:15～11:15 → 3/1～受付
おおむね 1 歳半～6 歳児と保護者 12組

フレール広場 (11:15～お片付け)

4月6日(木)10:00～11:30 → 3/1～受付
どなたでも 10組 無料

保護者と参加する講座の
参加費はひと家族分です



～座ったままでできる健康体操～ **月曜日には体操を！**

3月13日(月)10:15～11:30 → 受付中

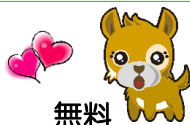
どなたでも 15名 300円
*次回予定 4/10 (月) 10:15～11:15です

一緒に歌を歌いましょう！

3月17日(金)13:30～14:45 → 受付中
どなたでも 18名 400円 *次回予定 4/21

ドッグセラピー

3月20日(月)14:00～14:30
2/22～受付 どなたでも 15名 無料



秋葉隆行先生の **ゴスペル教室**

3月18日(土)10:30～12:15 → 受付中

どなたでも 18名 1回 1000円

Gospel Class

♪歌詞は英語です

Date and Time: Mar. 18 (Sat.) 10:30 a.m.-12:15 p.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

3月29日(水)12:30～14:30 受付中

どなたでも 18名 無料 *次回予定 5/31
手芸またはおしゃべりを楽しむスペースがあります。



かまりやボランティアポイント「ひこうき」

- ・この活動は、ボランティア活動を通して身近な社会のしくみの体験とライフスキル支援を目的としています。
- ・釜利谷地域ケアプラザ内でボランティア活動を行うと、ポイントがたまり、商品等と交換ができる制度です。
- ・障がいのある中学1年生から23歳までの方が対象です。詳細はお問合せください。担当：菅谷

***** 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

子育てサポートシステム 入会説明会 3月7日(火)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



医療講演会

「薬・サプリメントの正しい基礎知識」



薬、サプリメントの種類はご存じですか？
薬とおしの飲み合わせや薬と食品・飲料との食べ合わせなど疑問に思ったことはありますか？この機会に、正しい服薬について学びましょう。
皆様のご参加お待ちしております♪

- 日時 : 令和5年3月14日(火) 13:30~14:30
講師 : 済生会若草病院 薬剤部副薬局長 小杉 満孝氏
対象者 : どなたでも
場所 : 横浜市釜利谷地域ケアプラザ
定員 : 20名程度
参加費 : 無料



かまりやサロン

認知症の方とそのご家族が安心して過ごせる場所“かまりやサロン（認知症カフェ）”
カフェのようにリラックスした場所で、介護や認知症についての情報交換や介護の悩みなど、一緒にお話ししましょう。

認知症の方とそのご家族（ご家族のみの参加も可）、介護に携わる方、どなたでも参加できるオープンな場所です。医療や福祉、介護の専門職も参加します。

- 日時 : 令和5年3月23日(木) 13:30~15:00
対象者 : 認知症の方とそのご家族
内容 : 認知症についての話、情報交換など
場所 : 横浜市釜利谷地域ケアプラザ
参加費 : 無料

月一回開催しています♪



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…横浜市釜利谷地域ケアプラザ【045-788-2901】

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：3月17日（金） / 4月21日（金）

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



令和5年4月ご利用分から 横浜市釜利谷地域ケアプラザの

夜間の施設利用手続き（申込期間）が変わります。



団体ごとの夜間時間帯（18：00～20：30）利用お申込受付期間

（優先予約団体）

団体Ⅰ 3か月前の1日 ～ 利用前月の12日までに予約

団体Ⅱ 2か月前の1日 ～ 利用前月の12日までに予約

団体Ⅲ 1か月前の1日 ～ 利用前月の12日までに予約

※1日が休館日（第一月曜日）の場合はその前日から予約可能

5/23 を利用したい場合の申込期間は

団体Ⅰなら 2/1 ～ 4/12

団体Ⅱなら 3/1 ～ 4/12

団体Ⅲなら 4/1 ～ 4/12

（その他の団体）

団体Ⅳ 利用前月の10日～12日に予約

団体Ⅴ 利用前月の10日～12日に予約

団体Ⅳと団体Ⅴなら
4/10 ～ 4/12
にお申し込みください



※詳細はお問合せください。

横浜市釜利谷地域ケアプラザ 地域活動交流

令和5年3月末日を持ちまして、家庭用インクカートリッジの回収を終了させていただくこととなりました。

今まで回収にご協力いただき誠にありがとうございました。



金沢区安全・安心メールより

【不審電話多発！！】



金沢警察署を名乗って、自宅にお金や貴金属があるか確認する不審な電話が多数かかっています。
自宅にお金があるかなどという電話には絶対に答えず、すぐに電話を切ってください。

【水道局より不審電話情報】～水道局を装う不審な電話に注意！～

<事例> 水道局や委託事業者を名乗る人から、「水質調査をするので訪問する」と電話があった。

コップ1杯の水を用意してほしいと言われた。

基本的にお客様からの依頼がない限り、水道局が水質調査の訪問をすることはありません。

不審な点があれば、水道局お客さまサービスセンター[847-6262]へ連絡してください。



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

