



やまなみ

令和5年12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 今坂多美子



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：12月15日（金） / 1月19日（金） / 2月16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。



みんなで楽しい子育てを



子育てフリースペース

釜利谷 “親子 ほっとサロン”



親子で“ほっ”とする時間をもちませんか？お気軽にお立ち寄りください。

釜利谷子育て連絡会では、乳幼児から未就園児を持つお母さん方で、これから“友達をつくりたい人”ちょっと“ほっと”したい人などを対象に、定期的に『親子“ほっとサロン”』を開催しています。皆様のご参加をお待ちしています。

開催日：12月18日（月） 1月15日（月） 2月19日（月） 3月18日（月）

時間：午前10時から11時30分

◆1月、2月にはミニイベントを開催

◆偶数月は、ほっとサロン終了後(11:30~)釜利谷地域ケアプラザによる“おはなし会”開催

会場：横浜市釜利谷地域ケアプラザ 多目的ホール（金沢区釜利谷南2-8-1）

持ち物：飲物と使い慣れた「おもちゃ」など外出時に必要なものをご持参ください。

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

※この事業は「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。



区役所の事業

子育て支援者による 子育て相談

お子さんを遊ばせたりゆっくり過ごしながら先輩ママの子育て支援者に相談できます。

場所：横浜市釜利谷地域ケアプラザ 2階ボランティアルーム

開催日時：毎週火曜日（祝日はお休みです） 10:00~12:00

対象：未就学のお子さんとお家族が気軽に子育て相談ができます。

いろいろなおもちゃもありますので、気軽に遊びにきてください！

お問合せ先：金沢区福祉保健センター こども家庭支援課 788-7787





フラール広場 無料



12月12日(火)10:00~11:30 → 受付中
2月29日(木) → 1/4~受付 どなたでも 10組

きぐちゃんの からだ遊び・こころ遊び 麦わら帽子クラブ

12月15日(金)10:30~11:30 → 受付中

1月19日(金) → 12/1~受付

2月16日(金) → 1/4~受付

おおむね 1~4 歳児と保護者 10組 無料



親子で楽しむ おはなし会

12月18日(月)11:30~12:00 無料

☆絵本☆わらべうた☆手袋人形 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。
直接会場へどうぞ。 *次回予定 2/19

リズム体操遊び Moo-Moo(ムー)クラブ

12月25日(月)10:15~11:15 → 受付中

1月29日(月) → 12/1~受付

2月27日(火) → 1/4~受付

おおむね 1 歳半~6 歳児と保護者 12組 無料



きょうだい児の参加もできます



当日のお問合せもお気軽にどうぞ

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

12月2日(土)13:30~14:30

1月6日(土) *次回予定 2/3

知的障がい等ある方 16名 1回 300円



今日は犬の日 ~セラピー犬とふれあいませんか~

12月5日(火)14:00~14:30 受付中

どなたでも 15名 無料 *次回予定 3/5



~座ったままでできる健康体操~

月曜日には体操を!

12月11日(月)10:15~11:15 → 受付中

1月22日(月) → 12/11~受付

どなたでも 15名 300円 *次回予定 2/26

一緒に歌を歌いましょう!

12月15日(金)13:30~14:45 → 受付中

1月19日(金) → 12/15~受付

どなたでも 18名 400円 *次回予定 2/16



はいねずみのお針箱

どなたでも 18名

1月31日(水)12:30~14:30 無料

お好きな手芸等(手芸、折り紙等々)を持ち寄って
午後のひとときを一緒に過ごしませんか?

お喋りだけのご参加も大歓迎です。*次回予定 3/27



体にやさしいヨガ ~週末の体ほぐし~ 時間: 13:30~15:00

12月9日(土) → 受付中、

12月23日(土) → 11/25~受付

1月13日(土) → 12/9~受付、

1月27日(土) → 12/23~受付

2月10日(土) → 1/13~受付、

2月24日(土) → 1/27~受付

16歳以上の方 14名 1回500円 ※フェイスタオル(34cm×85cm程度のもの)



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

星空クリニック 水原先生による 健康相談会

2月22日(木) 14:00~もしくは14:30~ 各30分枠

地域の方どなたでも 2組 ※予約の方優先 無料 ※診察ではありません

釜利谷地区保健活動推進委員会主催

出張医療講座「放射線検査と医療被ばく」会場: 横浜市釜利谷地域ケアプラザ



~放射線を利用した検査や医療機器の紹介、放射線被ばくの基礎知識~

講師: 神奈川県立循環器呼吸器病センター 放射線技術科 泉田新也 氏

日時: 令和6年2月27日(火) 10:00~11:30 参加費: 無料 定員: 30名

申込受付: 1/10~ 横浜市釜利谷地域ケアプラザ 788-2901 (受付時間: 9:00-16:30)

主催: 釜利谷地区保健活動推進委員会 共催: 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



*** 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をお願いしています。

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



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5年12月21日（木）

10:00~11:30

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：横浜市釜利谷地域ケアプラザ

参加費：今回のみ300円

（次回：令和6年1月25日（木）無料）

介護者のつどい

テーマ『おしゃべりの会』

日時：令和6年1月17日（水）

10:00~11:00

対象者：介護している方または
介護経験者など

場所：横浜市釜利谷地域ケアプラザ

参加費：無料



地域包括支援センターでは、介護保険の申請や、様々な生活の困り事について相談をお受けしています。

最近では、お子さんのいない高齢夫婦世帯の方や、頼れる親族のいないお一人暮らしの方が、将来に不安を抱えてご相談をされることも増えています。不安を解消する方法の1つとして、相続・遺言・成年後見制度等の活用について、事前に知っておくことも大切です。少しでも関心のある方は、お電話で一度ご相談ください。

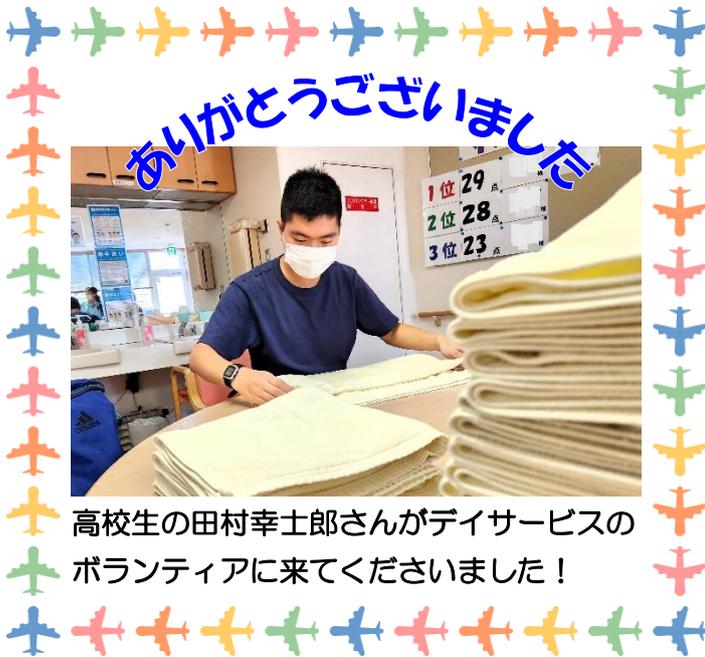
地域包括支援センターでのご相談は無料です。

※相談内容によって、弁護士等の専門職へのご相談をご提案させていただく場合があります。



相談希望・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】



ありがとうございました



高校生の田村幸士郎さんがデイサービスのボランティアに来てくださいました！

85.5MHz

KANAZAWA
SEASIDE FM



金沢シーサイドFMは、金沢区を中心に
地元の様々な情報を発信しています！

金沢区や磯子区などを可聴エリアとするコミュニティラジオ放送局「金沢シーサイドFM」が2022年10月1日に開局しました。生放送で地域の魅力などを発信するとともに、災害時には行政と連携した情報発信も行っています。

<https://kanazawa-seasidefm.co.jp/>

急な病気やけがで迷ったら・・・ 救急相談センター（#7119）

病気やけがで迷ったら、^{シャープ} # 7119（または045-232-7119）とダイヤルいただくと、「救急受診できる病院・診療所」、「今すぐに受診すべきか救急車を呼ぶべきか」を電話相談できます。

電話から



または 045-232-7119 年中無休・24時間対応

救急受信できる
病院・診療所を知りたい

1番
を選択

今すぐに受診すべきか
救急車を呼ぶべきか

2番
を選択



金沢区安全・安心メールより

金沢区内における特殊詐欺発生状況等について【令和5年8月末】（暫定値）

被害件数：79件 被害総額：約9,800万円



- ・金沢区役所「ナカムラ」を名乗る者から「医療費の払い戻しがあるのですが、手続きができていません」旨の電話があり、その後無人ATMに誘導され、振込みさせられたもの。
- ・孫を名乗る男から「現金を失くしたのでお金を貸して欲しい。キャッシュカードを用意して欲しい」旨の電話があり、その後自宅に来た被疑者にキャッシュカードを交付してしまったもの。
- ・大手家電メーカーを名乗る者から、カードを不正利用されていると連絡を受け、さらに警察署を名乗る者から捜査に協力して欲しいとの依頼を受け、カードの暗証番号を伝え、カードを交付してしまったもの。

横浜市釜利谷地域ケアプラザの **デイサービス**では **ボランティア**を募集しています。

お気軽にお問合せください。 ※当施設は『よこはまシニアボランティアポイント』の対象施設です。

内容：お茶出し・お話し相手・浴後のドライヤーかけなど

活動日：月～日のご都合の良い日 時間：午前のみ（8：45～12：30）、午後のみ（13：00～16：30）

午前・午後（5時間以上ボランティアをしてくださる方には昼食をご用意させていただきます。）

※上記活動時間内のご都合のよい時間で構いません。ご相談ください。 担当：棚田・鳥淵・相川



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

