

# 新吉田地域ケアプラザ てっぺんひろば



2023年2月1日発行  
第247号  
横浜市港北区新吉田町6001-6  
発行責任者：津國久美子



## 地域情報

新吉田地区

## 凧揚げ大会

1月8日(日)、新吉田地区青少年指導員の皆さんによる凧揚げ大会が開催されました。会場である鶴見川の河川敷には、幼児から小学生くらいまでのお子さんとその保護者の方が多く集まっていました。初めて凧揚げをするお子さんが多かったのか、あちらこちらで「こうやってやるんだよー」「見て見て!」という声と共に保護者の方が凧を持ち、走って教えている姿が見られました。その後もお子さんの笑い声や親御さんの応援している声が聞こえ、河原を散歩している地域の方もその姿に元気をもっているように感じました。



## 事業報告

## 体操ボランティア育成講座



1月6日(金)より全5回で「体操ボランティア育成講座」を開催しております。この講座は地域の体操活動でのボランティアや指導に関心がある方を対象に体操指導を実践的に学ぶことができる内容となっております。講師から説明を受け体操体験をした後は、参加者同士でお互いに体操指導をしたりしています。講座の後半では、デイサービスご利用の方々に向けて体操指導体験をする予定です。参加された皆様が、講座終了後に地域で活躍されることを期待しております。



## 地域情報

新吉田地区・新吉田あすなろ地区

## さがしてネット模擬訓練実施のお知らせ

新吉田地区・新吉田あすなろ地区で取り組んでいる「さがしてネット」の模擬訓練を行います。地域のたくさんの方のご協力をお願いいたします。

【日時】3月17日(金) 15時ごろ～(雨天延期)

【訓練内容】

徘徊者が発生したことをメールでお知らせします。近くに徘徊者(役)を見かけましたらケアプラザまでご連絡ください。



さがしてネット  
メール配信登録用  
二次元バーコード

※「さがしてネット」は認知症の方やそのご家族が安心して地域で暮らすための取り組みで、行方がわからない方がいる場合に、メール登録者に配信し、情報を呼びかけます。ぜひ、左のバーコードからメール配信登録をお願いいたします。



## 回覧





## ～「ありがとう」は魔法の言葉～

「ありがとう」という言葉を皆さんはどのくらい使っていますか？

伝えた側は感謝の気持ちを届けられますし、言われた側は相手の役に立てたことを嬉しく感じることでしょう。相手とのコミュニケーションをスムーズにしてより良い人間関係を築けるようになり、自分はもちろん相手も満たしてくれる素敵な言葉です。誰かに感謝や思いやりの気持ちを持つことは、幸せホルモンといわれる「オキシトシン」が分泌され、ストレスの軽減にも役立つことがこれまでの研究でもわかっているそうです。

相手の良いところに向けて、感謝の思いを感じる・気づくことはとても大切なこと。

「ありがとう」と照れずに伝え、そして言われたら素直に受け取りたいですね。

連絡先：新吉田地域包括支援センター 593-5691（中西・小川・田村）



## 事業報告 介護者のつどい

1月12日（木）「介護者のつどい」を開催いたしました。介護者の集いでは、介護をしている方や介護の経験がある方が、自分の経験や日々の悩みや工夫などを話し、共有することで、少しでも息抜きになればと企画しております。今回は5名の方が参加され、似たような経験を持つ方々の話を聞くことで、ご自分の日々への参考にできることがあるようでした。



## イベントのお知らせ

### 粋な男の料理教室

日程：3月29日（水）  
時間：10時00分～11時30分  
会場：新田地区センター 料理室  
対象：男性  
参加費：500円（材料費）  
講師：小澤早苗先生（管理栄養士）  
持ち物：エプロン・三角巾・マスク  
調理したものを入れる容器・袋  
申込：3月1日 9時～（先着8名）

今年度最後の料理教室です。「韓国風肉そぼろ」「三色野菜ナムル」「大根キムチ」を作ります。感染予防対策のため個々での調理をおこないます。

### 子育てフリースペース はぐピョン

はぐピョンは未就学のお子さんと保護者のための子育てサロン（10時～13時開催）です。ボランティアさんによる季節に合わせたおはなし会などを開催します。3月はさよなら会を行います。「お誕生日会」や「昼食場所開放」なども行っています。参加予定の方は、電話かWebで予約をお願いいたします。人数に余裕がある場合のみ、当日参加を受け付けます。

【予約制】

2月13日（月） おはなし会  
2月23日（木・祝） おはなし会  
3月13日（月） さよなら会  
3月23日（木） さよなら会



お申し込みはこちら！



## 新吉田地域ケアプラザ案内

〒223-0056 横浜市港北区新吉田町6001-6  
TEL:592-2151 FAX:592-0105

※電車、バスご利用の場合  
東急東横線「綱島駅」より  
2番乗り場（綱島71系統）から  
「勝田折り返し所」行きバス乗車  
「神隠」下車 徒歩5分

※車ご利用の場合  
第三京浜都筑インター新吉田出口すぐそば  
駐車場あり（台数には限りがあります）

ホームページ <https://www.y-kyousei.or.jp/sinyoshida/>

