

新吉田地域ケアプラザ てっぺんひろば



2024年3月1日発行
第260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

あすなろ会館

▶出張講座&相談会

体力測定

～自分の体を知ろう～

1月19日(金)、新吉田あすなろ地区の保健活動推進員の協力で出張講座&相談会「体力測定～自分の体を知ろう～」を開催いたしました。当ケアプラザの保健師が体力測定の意義や体力とはどういうことかなどをお伝えした後に、5つの項目の体力測定を行いました。握力測定や片足立ちなどを行い、現在の自分の体の状態を知っていただくことができました。測定を担当した保健活動推進員の方から測定項目ごとにアドバイスをいただき、参加者はこれからの生活で取り入れられそうな工夫などを検討されているようでした。



事業報告

▶生き活講座

～もしバナゲームをしてみよう～



1月20日(土)、「生き活(いきかつ)講座」を開催いたしました。もしバナゲーム(もしものための話し合いゲーム)を行い、これから起こるもしもの時に自分ならどのようにしたいかをゲームを通じて考えました。人それぞれ、感じ方も違いますし、その日の気分で答えが変わることもあると思います。参加された方は、ゲームを通じて活発に意見交換を行い、これからの過ごし方のヒントを考えていただけたと思います。



地域情報

新田中学校

▶認知症サポーター養成講座

2月8日(木)、新吉田あすなろ地区社会福祉協議会による新田中学校認知症サポーター養成講座が開催されました。港北区役所、港北区社会福祉協議会、新吉田地域ケアプラザも協力し、1年生のみなさまに認知症を知っていただき、地域で温かく見守っていただく応援者になっていただけるよう、講義や認知症の方への対応を紹介した映像なども見ていただきました。最後まで真剣に話を聞いてくださり、新たにたくさんの認知症サポーターが誕生したことを大変うれしく思います。



回覧 ▶



～あすなろ会館 出張講座&相談会～

ケアプラザ職員があすなろ会館に出向き、地域の方向けに出張講座を開催します。講座のあと希望者の方のみ個別相談もお受けいたします。

【日程】

- 令和6年4月19日(金)「コグニサイズ」(認知症予防運動を行います)
- 令和6年7月19日(金)「介護保険を知ろう!」(どうやって利用するの?など説明します)
- 令和6年10月18日(金)「コグニサイズ」(認知症予防運動です。何度でもご参加ください)
- 令和7年1月17日(金)「介護予防の話!」(いつまでも元気であるための講座です)

時間: 14:00~15:00

会場: あすなろ会館・・・町内会館前バス停から徒歩3分です。

参加費: 無料

前日までにお申込みください。

連絡先: 新吉田地域包括支援センター 593-5691 (中西・小川・田村)

ふれあい動物園実行委員会主催

ふれあい動物園

日程: 3月30日(土) 荒天振替 31日(日)

時間: 9:00~12:30

会場: 新田公園 新田地区センター隣の公園

- ポニー乗馬 1回 100円
- 乗馬券 8:45~販売
- 動物のエサ 1カップ 50円
- キッズコーナー
- クイズラリー ヨーヨーつり
- ぬりえ等

※駐車場はありません。お車での来場はご遠慮ください。

共催: 新吉田地区社会福祉協議会 後援: 新吉田連合町内会
港北みんなの助成金対象事業です。

動物取扱業者標識 名称: 福田牧場 展示/登録番号: 川崎市 22 高展 1号

地域情報

港北みんなの助成金対象事業
新田公園でかわいい動物たちとふれあおう!

ふれあい動物園が やってくる~!

3/30(土)
9:00~12:30

荒天
振替 31(日)



イベントのお知らせ

介護者のつどい

日程: 令和6年3月14日(木)
 時間: 13時30分~14時30分
 会場: 新吉田地域ケアプラザ
 内容: 茶話会
 対象: 介護をしている方・介護経験のある方
 参加費: 無料
 申込: 前日までに電話申し込み

以前の茶話会の様子➡

日々の介護の様子やアイデアなど、情報交換ができます。当ケアプラザ相談員や高齢障害支援課職員がお待ちしております。



事業報告

成年後見無料相談会

2月3日(土)コスモス成年後見サポートセンターの行政書士による無料相談会を、新吉田地域ケアプラザで開催いたしました。高齢や障がいによって判断力が低下すると預貯金の管理や介護契約などで不安が生じます。自分で判断できるうちから準備できることはあるのか、成年後見や遺言、相続についてどのように準備したらよいかなど、個別の心配ごとに答えて頂く機会となりました。



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/>

