



ヘルキー

ときわの森

横浜市常盤台地域ケアプラザ 7月 広報紙

横浜市常盤台地域ケアプラザ
〒240-0067
横浜市保土ヶ谷区常盤台53-2
TEL 045-339-5701
FAX 045-339-6068
発行責任者：所長 古城 高之
令和6年7月1日 発行

ときわの森 音と音楽で遊ぼう

♪発達にかたよりのあるお子さん対象♪
音楽を通じて感覚の発達・統合調整を行います

原則毎月第1水曜日に開催

日程：令和6年7月3日（水）
8月7日（水）

時間：15:30～17:00

講師：有富正子先生 特別支援教育士

場所：多目的ホール

対象：発達にかたよりのある小学生・中学生
（親子参加）

参加費：無料

持ち物：上履き・お茶・タオル

お申込み・お問合せは TEL 045-339-5701
担当 地域活動交流まで

ときわの森 おもちゃ病院

こわれたおもちゃはありませんか？
おもちゃドクターが診断・修理します。

日時 令和6年7月13日（土）8月はお休み
9月14日（土）

時間 9:45～11:00

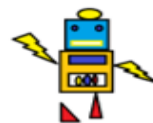
受付場所：常盤台地域ケアプラザ
地域ケアルーム

当日受付（順番にご案内します）

参加費：基本無料（部品代は別途相談）

お一人 2～3点持ち込み可

お問合せは TEL 045-339-5701
担当 地域活動交流まで



ときわ図書

～貸出図書のご案内～

常盤台地域ケアプラザでは、地域の方から寄贈
いただいた本や図書館のリサイクル本を地域の
皆さんへ貸出をしています。

お気軽にご利用ください！！

＜貸出時間＞

月～土 10:00～18:00

日・祝 10:00～16:00

第4月曜日は休館日

＜場所＞

常盤台地域ケアプラザ

情報ラウンジにて

受付は1階窓口まで



無料食品配布会

令和6年8月9日（金）

時間：15時～なくなり次第終了

先着：100名位（大人・子ども合わせて）

（食品・日用品など4～5点）

場所：常盤台地域ケアプラザ・駐車場

★順番にお並び下さい。



※配布の内容は毎回違います



主催：NPO 法人ちゃっと・NPO 法人ぎんがむら
共催：常盤台地域ケアプラザ

＊＊お問い合わせは＊＊

横浜市常盤台地域ケアプラザ 電話045-339-5701

ホームページ アドレス <http://tokiwacp.stars.ne.jp/>



横浜市常盤台地域ケアプラザ

地域包括支援センター

令和6年7月

アートで脳トレ♪

アートセラピーで右脳を刺激しましょう！
サマーキャンドル作成をします！



日 時： 令和6年7月16日（火）
13：30～15：00
会 場： 常盤台地域ケアプラザ多目的ホール
講 師： 森里 洋子先生
対 象： 地域の方
定 員： 15名
参加費： 200円
持ち物： マスク・室内履き・飲み物
汚れてもいい服装でお越しください。
申 込： 令和6年7月9日（火）まで
TEL:339-5701 担当 清水



チームオレンジ活動報告



お花の植え替えをしました

6月14日（金）にお花の植え替えを行い、認知症当事者の方にもボランティアとして参加いただきました！



「チームオレンジ」とは



認知症の人が住み良いまちづくりに向けた活動に参画する人を増やす活動です。活動のPRのため、ケアプラザの庭の一面にはオレンジ色のお花を植えたオレンジガーデンを設けています。



チームオレンジ

～認知症の方が暮らしやすい地域を目指して～

オレンジランプ作り ランプ点灯

親子でも
ご参加いただけます！

○第一回では、認知症サポーターのテーマカラー「オレンジ色」のランプを作ります。○第二回では、完成したランプを点灯し、サポーター養成講座として地域の多世代の方が認知症の理解を深め、私たちができることを考えていきます。

日 時： 令和6年
(第一回) オレンジランプ作り 8月22日（木）
(第二回) オレンジランプ点灯 8月29日（木）
サポーター養成講座
※第一回、第二回のいずれもご参加いただける方

時 間： 14：00～15：30（両日とも）
場 所： 常盤台地域ケアプラザ 多目的ホール
講 師： 伊藤 苗子 先生（8月22日）
対 象： 地域の皆様 ※小学4年生以上～
参加費： 無料
定 員： 先着10枠

（親子で参加の場合、ランプは1家族1つとなります）

担当：横井・河野

常盤台地域ケアプラザ地域包括支援センター 横井・清水・河野 TEL：339-5702（相談専用）

国大ワークショップ

今年度のワークショップでは、常盤台・羽沢のまちにあったらいいなと思う居場所づくりをみんなで考えていきます。

今回は居場所のためのものづくりについて考えるワークを行います。



日 時： 令和6年7月20日（土）
13：30～15：30（受付13：00～）

会 場： 常盤台地域ケアプラザ
多目的ホール

対 象： 常盤台地区・羽沢地区の皆様
小・中学生の皆様

持ち物： 室内履き、マスク

申 込： 令和6年7月16日（火）まで
TEL：339-5701 担当：古城

★予告★

8月は居場所でのイベントを行います！
8月24日（土）開催予定です。



ときわの森 **子育て広場**



「水遊び」親子でサマーパーティー

★ケアプラザ外庭でおもいきり水遊びしよう！
(噴水シャワー・金魚すくい・シャボン玉・水てっぽう)

※着替えは2F 多目的ホールでどうぞ
※雨天中止 **参加無料！！**

日 時： 令和 6 年 7 月 25 日 (木)
8 月 1 日 (木)

時 間： 10:30～12:00

場 所： 常盤台地域ケアプラザ外庭

定 員： 先着 10 組 (事前予約制)

対 象： 概ね 1 歳～未就学児と保護者

持ち物： 水着・水遊び用紙パンツ・バスタオル・飲み物
サンダル・飲み物・着替え・保護者マスク着用

申込締切： 開催日の 2 日前まで

※保護者も濡れる場合がありますので
着替えをご用意ください



♣ ケアマネ便り ♣



令和 6 年も半分の 6 月が終わり、いよいよ 7 月です。

7 月は五節句の四番目、七夕 (たなばた) です。

天の川を挟んで、こと座 (織姫)、わし座 (ひこ星)、

白鳥座 (仲を取り持つ)。

こんな星空がみられると良いですね。

七夕は、“しちせき”とも言われ別名「笹の節句」とも呼ばれて

いるそうです。

笹に下げた短冊に願い事を書くことからすると合点がいきますね。

ところで、七夕の歌に出てくる「五色の短冊」の五色とは

何なのでしょう。

五色には、①緑 (青) …徳を積む。人間力を高める。

②赤 …父母、先祖への感謝。

③黄 …人を重んじ、友人知人を大切に。

④白 …義務、決まりを守る。

⑤黒 (紫) …学業向上を願う。

といった意味が込められているそうです。願い事も短冊の色を

選ぶと叶うかもしれません。

ケアマネジャー 山口

※ 園芸ボランティア活動 ※



お花の植え替えを
行いました



常盤台地域ケアプラザ 7 月 イベントカレンダー 予定表

すべての講座についてのお問い合わせは

☎ 045-339-5701 地域活動交流まで



常盤台地域ケアプラザ 休館日 **7 月 22 日 (月)**

※デイサービスは営業しています

日	月	火	水	木	金	土
	1 いわまワークス パン販売	2	3 美と健康体操	4	5 ヨーガ教室 まちづくり協議会	6
		歌声サロン アンニョン 地区社協	音と音楽で遊ぼう	ダンスクラブ じゃんけんぽん	すみれ会 あじさいの会	七夕コンサート
7 常盤台連合町内会 盆踊り練習会	8 いわまワークス パン販売	9 ゆらぎ体操	10 シニア第二カラオケ ときわの森体操教室 男性かがやき塾 少林寺流空手	11 絵手紙四季	12	13 おもちゃ病院 手作りパン教室の会
少林寺流空手		いきいき体操 サークル			民児協	常盤台連合町内会 行事部
14 常盤台連合町内会 盆踊り練習会	15 園芸ボランティア	16 アートで脳トレ	17 美と健康体操	18	19 ヨーガ教室	20 ワークショップ
		アンニョン	フラサークル ブルメリア	ダンスクラブ じゃんけんぽん	すみれ会 あじさいの会	
21 常盤台連合町内会 盆踊り練習会	22 施設点検日 休館日 ※デイサービスは 営業しています	23 ゆらぎ体操 いきいき体操 サークル	24 白根学園パン販売 フラサークル ブルメリア ときわの森体操教室 シニア第二カラオケ 少林寺流空手	25 子育て広場 (水遊び) 絵手紙四季 介護者のつどい 「ゆうづる」	26 ときわカフェ	27 お楽しみ手芸教室
28 常盤台連合町内会 盆踊り練習会	29 いわまワークス パン販売	30	31	★いわまワークスパン販売 1日(月)11:30～ 8日(月)11:30～ 29日(月)11:30～ ★白根学園パン販売 24日(水)11:30～		
常盤台連合町内会 定例会		らくらくストレッチ 体操教室				

デイサービスだより

令和6年7月

ご利用者様募集中!!

★午前★

～デイサービスの日を紹介～

★午後★

① 朝の送迎



② 先ずはお茶と牛乳で一息



③ バイタルチェック



④ 順次入浴



⑤ テレビ体操



⑥ 昼食



♥なるこ会の方にデイサービスで「やっこさん」を踊っていただきました。



① 食後はマージャンやゲーム
休養などで過ごされます



② はまちゃん体操



③ 脳トレレクリエーション



④ おやつ時間



⑤ 運動レクリエーション



⑥ 帰りの挨拶と歌 →送迎



7月の デイサービスレクリエーション予定

7月1日～7月6日

◆言葉作り・ピンポン送り

7月8日～13日

*記憶ゲーム・キックボール

7月15日～20日

都道府県クイズ・フライングディスク

7月22日～27日

◆誕生日会・カレンダー作り

7月29日～8月3日

★プリント・ビックナンバーを狙え



◆◆◆今月のクイズ◆◆◆

鳥の名前は？



- ① 雉
- ② 鶯
- ③ 郭公



*****＜前回の答え＞*****

- ① 鮫 さめ ② 鰐 いwana ③ 翻車魚 まんぼう

＜お問い合わせは＞

横浜市常盤台地域ケアプラザ・デイサービス担当

桐生（きりゅう）・庄司（しょうじ）千葉（ちば）原（はら）

☎045-334-3550