



報告

【ケアプラザ事業報告】

障がい児余暇支援事業「こうほく★からふる」



高校生4名とボランティア5名で「よみうりランド」に外出してきました。学生や比較的若い世代のボランティアの参加も多く、中には参加者と同じ学校だったという声も聞かれました。今回の大きなテーマはバーベキューでしたが、食べ終わった後はよみうりランドのアトラクション！乗る直前まではがんばって挑戦して、最後の方には満面の笑顔でした。いつもとは違ってボランティアの年齢が近かったこともあり、参加の皆さんが友達のように楽しんでいて、嬉しい気持ちになりました。

予告

～ 参加者募集のお知らせ ～

鉄トーーク！～鉄道好きさん集まれ！

鉄道に乗ることが好きな人、駅に降り立つことが好きな人、電車の発車音や社内音が好きな人、写真を撮ることが好きな人、時刻表を見たり、調べたりすることが好きな人、み～んなで集まって鉄道トークしませんか？

日時：令和元年11月8日（金）18:00～20:00

場所：新羽地域ケアプラザ 4F 多目的ホール2

対象：鉄道好きの方どなたでも 参加費：無料

申込み・お問合せ：港北区基幹相談支援センター（しんよこはま地域活動ホーム）

TEL：045-531-4400 FAX：045-531-6200

主催：港北区基幹相談支援センター 共催：新羽地域ケアプラザ

「基幹相談支援センターとは・・・」

障がいを持った方の相談にのる機関です。



にっぽらっばフェスティバル2019

今年も新羽地域ケアプラザ・コミュニティハウス&地域生活支援センター海のおまつりを開催いたします。ちびっこが乗れるミニトレインや子ども広場、お部屋をご利用いただいている団体の発表や作品展示、地元ボランティアグループや作業所による軽食・喫茶コーナーなど、盛りだくさんの内容で、皆さまをお待ちしております。

日時：11月24日（日）

10:00～14:30

オープニングアクト

新羽高校吹奏楽部

9:45～



オーラルフレイルを知っていますか？

「オーラルフレイル」とは「お口の機能の虚弱」のことです。人生100歳時代になり、いつまでも自分の足で歩き、美味しい食事をいただきたいものですね。よく噛めない、滑舌が気になる、食べこぼしが増えた、食事中むせるなど、お口のトラブルをほっておくことで、全身の筋力低下につながる事がわかってきました。

元気なうちは痛くなってからお口のケアを考えがちですが、いまからでも遅くありません。定期的に歯医者に通うことや、唾液を出す体操など予防に努めることで、さらに元気な明日が手にはいります。ケアプラザでも色々な講座を開催しています。サークル向けにもミニ講座も行いますので、ぜひ新羽地域ケアプラザに相談下さい。

未来これから塾（今年度開催の後半日程）

- ＜開催日＞ 令和元年10月19日（土）大人のマネー講座
令和元年11月16日（土）有料老人ホーム
令和元年12月7日（土）エンディングノート
- ＜時間＞ いずれも 10：00～12：00
- ※ まだ、若干あきがあります。申し込み希望の方は電話予約をお願いいたします。
- ＜連絡先＞ 新羽地域ケアプラザ 045-542-7216



新羽地区・北新横浜の未就園児・子育てサロン

たんぽぽにっぽのお知らせ

日時：第2・4火曜日（1月と8月はお休み）
10：00～11：30

会場：新羽地域ケアプラザ
対象：1才以上～未就園児とその保護者

11月12日：秋のもの制作

11月26日：フリースペース

日時：第3月曜日（1月と8月はお休み）
10：00～11：30
会場：北新羽会館（新羽町3818）
対象：6か月～未就園児とその保護者



いきいき Pick up!

元気なシニアを応援

にっぽ

港北区生活支援コーディネーター連絡会主催

**よこはまシニアボランティアポイント
研修会**

- ・よこはまシニアボランティアポイント事業の概要
- ・ボランティアの基礎知識・活動の際の留意点
- ・地域の活動紹介

日時：11月29日（金）13：30～15：30

会場：特別養護老人ホームニューバード
（港北区新羽町2530-4）

参加費：無料

対象：65歳以上で横浜市の
介護保険被保険者証をお持ちの方

持ち物：介護保険被保険者証のコピー・筆記用具



お申込みは
ケアプラザまで

横浜市新羽地域ケアプラザ・コミュニティハウス

〒223-0057 横浜市港北区新羽町1240-1
TEL：045-542-7207(代表) 045-542-7216(相談)
FAX：045-531-7011

※毎月第4月曜日と年末年始（12月29日～1月3日）は休館日となります。

＜交通案内＞

- ◆市営地下鉄「新羽駅」徒歩2分
 - ◆市営バス41系統、東急バス綱72・74系統
「新羽駅」下車徒歩2分
- ※駐輪場がございません。駐車場は台数に限りがございます。

【ホームページ】

【フェイスブック】



今月の休館日
10/28
(月)