



つうしん 5月号 [95号]

報告

心のバリアフリープロジェクト 視覚障がいの方のお話と南米音楽の演奏 4/2(土)

「障がいの理解を深めたい」という想いで、新吉田、下田、樽町と新羽のケアプラザが合同で企画した「心のバリアフリープロジェクト」。

新羽ケアプラザは、視覚障がいがある小山恵美子さんのお話と南米音楽の演奏会を開催しました。穏やかな天気の中、保育園児や飛び込みの方など、総勢40名が参加。仲間との演奏活動のお話やパートナーである盲導犬に関するクイズを通じて小山さんが体験したことや感じたことを聞いたり、ケーナやサンポーニャといった南米の民族楽器による美しい音色を楽しみました。参加者からは「明るく楽しい小山さん。素敵な音楽とお話にパワーをもらった」「障がいがある方の苦勞、当事者の身になること、もっと関心を持ちたいと思った」「あなたのペースで、ためらわずに進んで」など、たくさんの感想やメッセージが寄せられました。「障がいの有無に関わらず一人の人間として向かい合い、お互いを尊重しあえる社会になってほしい」という小山さん。終了後「私自身も含め、今日の出会いで一人一人の世界が広がり、社会が変わっていくのだと思います。参加者の方が、楽器の音色でも言葉の一言でも響くものがあつたとしたら幸せなことです」とメッセージをいただきました。



わくわく絵本広場 3/26(土)

今にも雨が降り出しそうな土曜の朝、絵本の広場を楽しみにしてくださっていた皆さんが次々と遊びに来てくれました。孫やひ孫を育てた大先輩の地域の方に絵本を読んでもらってご機嫌な親子や、製本体験をするお母さんの横でスタッフにお気に入りの絵本を読んでもらうお子さん。そして歌とお話からなるペープサート（紙人形劇）でみんなノリノリの楽しい時間を過ごしていました。

実はこのプログラム、3月に立ち上がったばかりの団体である「にっぱばーす」の皆さんにご協力いただきました。絵本を通じた多世代交流やほっとする場所を作りたいとのこと。ぜひまた楽しい企画で登場していただきたいですね。



紹介

新羽の元気づくりステーション「元気塾 新羽」

元気づくりステーションは、歩いていける身近な場所で、仲間と一緒に介護予防・健康づくりに取り組むグループで港北区には13グループあります。「元気塾 新羽」は、半年ごとに自分たちのやってみたいことを話し合い、スケジュールを立てます。一度やってみたいと思っていたことや一人では出かけにくかった場所へのおでかけなど、仲間と一緒に体験し楽しむことができます。ぜひ一度参加してみてください。

毎月第2・4水曜日 9:30～11:00 ※予定は変更になる場合があります

6月の予定 8日：市庁舎めぐり 22日：ポッチャ

7月の予定 13日：盆踊り 27日：懐かしい歌を歌おう



この日は新緑ウォーキング!

詳しくは、新羽地域ケアプラザまでお問い合わせください。



あしらくがく

足楽学

今日から始める健脚習慣! 「足が楽になるためのケアを学ぶ」「自分の歩行年齢を知る」
いつまでも健脚独歩で転倒せずに歩き続けることを目指し専門の講師から学びます。

日時: ①7月4日(月) ②7月18日(月)
両日 13:00~14:30

対象: 近隣にお住いのおおむね60才以上の方
2回とも参加可能な方優先

場所: 新羽コミュニティハウス 参加費: 無料

定員: 15名(申込者多数の場合は抽選)

申込み: 6月1日(水)~14日(火)まで

電話、窓口にて ☎ 542-7207

内容:

- ① フットケア講座
歩行に関する足のトラブルの予防とケア
- ② 歩行測定&歩行力アップ講座
測定の結果を基に改善や運動メニューのアドバイス



※講座の詳細は館内チラシ、ホームページにてお知らせします。
※感染予防対策(検温、マスク着用、手指消毒、換気等)へのご協力をお願いします。

問合せ: 地域包括支援センター 小笹・村井

ケアプラザの新たなスタッフを紹介します!

4月1日より配属になりましたケアマネジャーの蓮見裕子です。主に介護保険で要介護要支援認定をお持ちの方のケアプランを作成します。この新羽地域の皆様が笑顔で生活できるようご支援していきたいと思ひます。好きな事は食べる事! 料理もお菓子作りも好きですし、パン屋さん等テイクアウトも好きです。よろしくお祈ひします。

はすみゆうこ



どなたでも! お気軽に参加できるプログラム

新羽・北新横浜の未就学児・子育てサロン

こいのぼり 天まで届けて! みんなの願ひ

たんぽぽにっぽ 対象: 1歳~
毎月第2・4火曜日

日にち: 5月10日・24日
6月14日・28日

時間: 第1部 10:00~11:00
第2部 13:00~14:00

会場: 新羽地域ケアプラザ4F
定員: 両日・各回共12組24名

たんぽぽきたにっぽ 対象: 6ヶ月~

日にち: 5月16日
6月20日

時間: 10:00~11:30

会場: 北新羽会館

カフェ・ド・らんらん

美味しいコーヒーを淹れて
お待ちしております。
毎月6日

13:00~14:30
5/6(金) ギターBGM
6/6(月) ギターBGM
コーヒー・紅茶 150円

スリーAにっぽぽ

笑って楽しく脳を活性化!

毎月第2月曜日
10:00~11:00
5/9、6/13
参加費100円



にっぽラジオ隊

毎月第2・4土曜日
9:00~9:15

5/14・28、6/11・25

※4~6月は、新田緑道 新羽町
自治会館付近での開催です。
※雨天時中止

ハンサム
ポールウォーキング

毎月第3土曜日 9:30
新羽地域ケアプラザ集合
5/21 茅ヶ崎公園
6/18 倉部谷戸遊歩道
※ポールレンタル有
※雨天時中止



・・・介護のご相談、事業のお問合せ・お申込みは・・・
横浜市新羽地域ケアプラザ・コミュニティハウス

今月の休館日
5/23(月)

〒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月曜日と年末年始は休館日です。

〈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】

