

「つなごう」 第2号

(網島在住シニアのための地域情報紙)

横浜市樽町地域ケアプラザ分室 つなしま相談室・交流室だより



つなしま旬なイベント



元気づくりステーション 網島



網島中町自治会館 地図

- <日時>令和6年3月21日(木)
10:00~11:30
- <場所>網島中町自治会館
港北区網島東1-12-22
- <主催>元気づくりステーション網島
- <講師>横浜労災病院
- <内容>腰痛予防体操・講義
- <参加費>300円/1回
- <申込み先>
牧元さん (民生委員・児童委員)
☎090-3003-6011
横浜市樽町地域ケアプラザ
つなしま相談室・つなしま交流室
☎045-534-1220

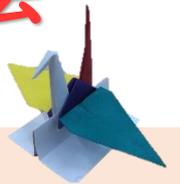


つなしま 集いの場

あやめサロン



網島西地区民生委員・児童委員協議会
他皆様による地域サロンです。



<日時>

第1・第2・第3 火曜日
10:00~15:00

<場所>

つなしま相談室・つなしま交流室

<主催>

網島西地区民生委員・児童委員

<内容>

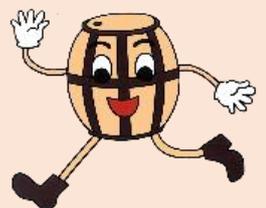
お茶とおしゃべり・季節の工作

<参加費>100円/1回

<申込み>不要

<問い合わせ>

横浜市樽町地域ケアプラザ つなしま相談室・つなしま交流室
港北区網島西2-11-5 シュロスオータニ網島2F
☎045-534-1220





つなしま お役立ち情報



詳しい内容・費用等は
各企業・団体にお問合せ下さい

網島でスマートフォンを学べます (民間企業・地域団体)



【民間企業】

KDDI

auショップ網島

【デジタル活用支援講座】(要予約)
マイナンバーカードの申請方法などを学べます。

住所：港北区網島西2-6-17
黒川ビル1階
電話：0800-700-0906

【民間企業】

NTT docomo

ドコモショップ網島店

【ドコモスマホ教室】(要予約)
シニアの体験編、入門編、基本編、
応用編、活用編を学べるほか、
くらしの相談会も実施しています。

住所：港北区網島西2-6-17
黒川ビル1階
電話：0120-197-101

【民間企業】

パソコン教室

わかるとできる

イトーヨーカドー網島校

スマホ・タブレットの講座も多数ご
用意しており、スマホ教室として
初心者の方から90代の方まで通っ
ていただいております。(要予約)

住所：港北区網島西2-6-17
イトーヨーカドー網島店3階
電話：045-642-3713

【地域団体】

港北みりよく発見団
パソコン教室

毎週日曜日10時~12時
網島地区センターにて。(要予約)
スマートフォンのほか、パソコンの
ホームページ作成も学べます。

住所：港北区網島西1-14-26
横浜市網島地区センター内
電話：045-542-0863(事務局)

Q 生活支援体制整備事業

生活支援コーディネーター 高村 茜

(生活支援コーディネーター「地域支えあい推進員」)とは？

A 高齢になっても住み慣れた町で自分らしく安心して暮らせるように、ボランティアや健康づくり、趣味の活動などの環境づくりを地域の多様な主体と一緒に進めていきます。(講座等を開催するほか、地域の情報を集め、発信していきます。)



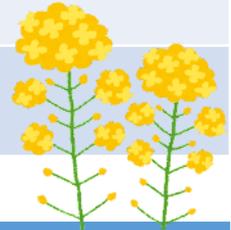


つなしま 活動予定



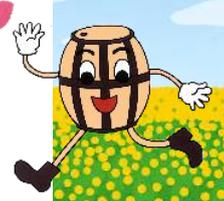
＜つなしま相談室・交流室での活動＞

| 活動名 (主催者) | 内容 | 日時 (会場・住所地図はイベントカレンダー参照) | 申込 | 費用 |
|-------------------------------|------------------------|--|----|------|
| 介護者のつどい (樽町地域ケアプラザ) | 介護者のつどい (つなしま交流室会場) | 偶数月 第2金曜日(奇数月は樽町会場) 13:30~15:00 | 不要 | 無し |
| あやめサロン (網島西地区 民生委員児童委員) | 交流サロン (折り紙など) | 毎月 第1・第2・第3火曜日 10:00~15:00 (祭日は休み) | 不要 | 100円 |
| Tomodachi club (港北くみんの会) | ボランティア団体 | 毎月 第2水曜日 10:00~12:00 | 必要 | |



＜地域の様々な場所での活動＞

| 活動名 (主催者) | 内容 | 日時 (会場・住所) ※例外もあり | 申込 | 費用 |
|---|--|---|----|------|
| 網島西ふれあいサロン (網島地区 社会福祉協議会) | 体操・啓発講座 | 不定期 月曜日(年3回程度) 10:00~11:30 (網島地区センター・網島西1-14-26) | 必要 | 無し |
| 網島地区福祉相談コーナー (網島地区連合自治会・ 網島地区社会福祉協議会) | 福祉相談 | 毎週 金曜日 10:00~12:00 (網島地区センター・網島西1-14-26) | 不要 | 無し |
| 元気づくりステーション 網島 | 介護予防体操 | 毎月 第1・第3木曜日 10:00~11:30 (網島中町自治会館・網島東1-12-22) | 必要 | 有り |
| ふらっとサロンひがし (網島東地区 民生委員児童委員) | 地域サロン (演奏鑑賞、折り紙、 スリーA体操など) | 毎月 第2水曜日 9:00~12:00 (網島東町自治会館・網島東4-5-26) | 不要 | 無し |
| 網島東ふれあいサロン | ①健康体操サロン ②歌声サロン | ①不定月 原則 第3水曜日 14:00~ ②不定月 原則 第4水曜日 14:00~ (網島東親和会自治会館・網島東6-5) | 不要 | 無し |
| ふれあい広場 花しょうぶ (網島・樽町・大曾根・師岡 4地区保健活動推進員) | ミニ デイサービス (季節にちなんだ歌、 作品作り、運動など) | 毎月 第4金曜日 13:30~15:00 (樽町地域ケアプラザ・ 樽町1-22-46) | 不要 | 100円 |



発行・編集：横浜市樽町地域ケアプラザ
生活支援コーディネーター



←ケアプラザ
ホームページ

協力：網島地区連合自治会、網島地区社会福祉協議会、
網島地区民生委員・児童委員協議会(西地区・東地区)

「つなご」は、網島在住シニアのための繋がり作りやお役立ち情報を発信する地域情報紙です。
ご感想・掲載依頼・お問い合わせは生活支援コーディネーター(045-534-1220)まで。