

# 加賀原地域ケアプラザ サークル紹介 No.4

今回は音楽や踊りのサークルをご紹介します。  
気になるサークルがありましたら、お気軽に  
お問い合わせください。

※新型コロナウイルスの影響で活動中止や  
募集をしていない場合があります。

## 詩吟の会

毎月第2・4月曜日 13:00～15:00

講師：寒河江城栄氏

基本の「富士山」から経験者も未経験者も楽しく学  
んでます。人は声から老いと言います。一緒に思  
い切り声を出してみませんか？(500円/月)

## アングロンを楽しむ会

毎月第1・3金曜日 10:00～11:30

講師：細川良恵氏

インドネシアの民族楽器「アングロン」の演奏を練習  
し、色々な曲に挑戦しています。(楽器は貸しま  
す)。いつでもどうぞ！(1000円/月)

## ウクレレ MAHALO

毎月第1・3木曜日 13:00～15:00

講師：中島敏氏

歌謡曲や童謡、懐かしい歌を歌いながらウクレレを  
弾いて楽しみましょう。(1500円/月)

## さくらの会(日本舞踊)

毎月第1・3土曜日 12:00～15:00

講師：浅川はるみ氏

新舞踊を練習して時々ボランティア活動も。健康で  
丈夫な体作りと明るい人生を！(1000円/月)

## 大正琴 フラメンタジー

毎月第2・4土曜日 10:00～12:00

講師：林 貴子氏

初心者から経験者まで心をひとつに大正琴の音色  
を楽しんでいます。ボランティア活動や大会出場な  
どそれぞれの目標もあります。(1000円/回)

## 手話&ステップ でんでんむし

毎月第1・3月曜日 13:00～15:00

講師：松村美津子氏

歌謡曲・童謡・唱歌など、心に響く歌に手話をつけて  
楽しくステップを踏んでいます。色々な催しへの参  
加やボランティア活動も(1000円/月)

## ハーモニーマーG&B

毎月第2・4木曜 12:30～15:00

少人数で楽しくハーモニカを演奏しています。初心  
者の方も歓迎です。(無料)

## そよ風の会(歌・合唱)

毎月第4金曜日 10:00～11:30

講師：加藤美砂子氏

発声練習から始まり、童謡からポップスまで…。先生  
の生伴奏に合わせて、思い切り歌ってみませんか？  
初心者の方も大歓迎です。(500円/回)

# 2022年10月11日 第112号 加賀原地域ケアプラザ ケアプラダより

令和4年10月1日発行  
社会福祉法人 中川徳生会  
横浜市加賀原地域ケアプラザ  
都筑区加賀原1-22-32  
TEL: 045-944-4640  
FAX: 045-944-4642  
発行責任者  
所長 五十嵐 徳  
加賀原地域ケアプラザ

## ケアプラザの夏休み

8月11日(祝)  
INSECTOR 2022 in KAGAHARA  
開催しました！



もぎ店も大盛況！

木登りバトル中！



虫くじに挑戦



昆虫食販売・試食



展示品



昆虫テーマーさんの販売



沢山のご来場者！

多くの地域の皆様にご来場・ご協力いただきました。ありがとうございました。

8月12日～20日  
夏の自習室&フリー  
ルームでは様々な  
ワークショップを  
開催しました。



素敵な作品ができました

## 地域の皆様へお知らせ

～ケアプラザへのご相談・連絡先について～

<加賀原地域ケアプラザ>

代表電話：045(944)4640

相談電話(福祉・保健に関する相談)：045(944)4641

月曜日から土曜日まで：午前9時から午後6時まで

日曜日、祝日：午前9時から午後5時まで

※年末年始を除く

・相談時間以外の時間帯は、相談電話は相談専用コールセンターに転送し、対応します。  
・来所相談をされる際はあらかじめ電話等でご連絡のうえお越しください。



10月からの  
ご相談窓口につい  
てのご案内です。

お問い合わせ  
加賀原地域ケアプラザ  
電話 045-944-4640

# ～地域包括支援センターからのお知らせ～

私たち地域包括支援センターは、『住み慣れた地域で尊厳あるその人らしい生活』を継続することが出来るよう、福祉や保健の専門職が連携して、高齢者の皆様の皆様の相談窓口です。

## ボランティア講座

みんなで考えよう  
お互いに支え合う  
地域づくりフォーラム

対象者 | 子どもから大人まで、どなたでも  
開催日 | 全4回 (8/13、10/8、12/10、2/11)  
場所 | 加賀原ケアプラザ 2F 多目的ホール  
参加費 | 無料

第2回 10/8(土) 15:00～16:30  
「ゴミ屋敷にならないための  
お片付け講座！」  
講師 | 古川 めぐみ氏 (株)イメージ

第3回 12/10(土) 15:00～16:30  
「家族・自分が認知症になった時、  
地域でどう暮らす？」

## 認知症の普及・啓発

認知症ミニフォーラム  
(加賀原地域ケアプラザ主催)

対象者 | 地域のどなたでも  
開催日 | 10/27(木)  
時間 | 13:30～15:30  
場所 | 加賀原ケアプラザ  
参加費 | 無料



○講師: 神山 敦志氏  
「妻の認知症への介護は、私の人生を  
豊かなものにしてくれた」  
⇒ 10年間奥様の介護を行った神山氏による講話  
⇒ 認知症に関する基礎知識や、地域にある社会  
資源の紹介など、介護に役立つお話もあります

## ポールウォーキング

日時: 10月15日(土)  
9:30～11:45  
※雨天は室内で実施  
参加費: 100円  
※ポール持参の方無料

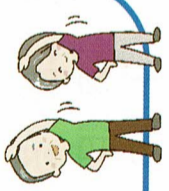
場所: 2F 多目的ホール  
→ 月出松公園  
対象: おおむね60歳以上  
担当: 保健師 神山



## 楽しく楽笑体操

日時: 11月5日(土)  
10:00～11:30  
参加費: 無料

内容: チェアヨガ、脳トレ等  
場所: 2F 多目的ホール  
対象: おおむね60歳以上  
持ち物: 室内靴、飲み物  
担当: 保健師 神山



## 介護者のつどい

日時: 11月24日(木)  
13:30～15:00  
参加費: 無料

場所: 2F 多目的ホール  
対象: 介護をしている方、  
介護をされていた方、  
介護に興味のある方  
担当: 社会福祉士  
飯沼 山田



# ～ケアプラザ自主事業・共催事業のお知らせ～

## 障がいのある方もない方もみんなで楽しもう べるえきっぷ

かがはら畑部 都筑ハーバーストの畑で  
「畑作業(農業)体験 秋冬コース(全4回)」  
10/8、11/12、12/10、2/11(すべて第2土曜)  
10時～12時くらい(ケアプラザ10時集合)  
※雨天中止 ※最終日2/11は、「たき火体験」を予定  
◇場所 | 都筑ハーバーストの畑(集合後、歩いて移動)  
◇定員 | 10名程度  
◇参加費 | 1家族 1回参加につき200円  
◇持ち物 | 軍手・長靴・帽子・タオル・飲み物  
※ 収穫物の持ち帰りはありませんが、採れたて  
無農薬野菜の購入ができます



## 文化部絵画教室「～干支の水墨画～年賀状作り」

11月26日(土) 13時～15時  
2F 多目的ホール ◇定員 | 10名  
◇参加費 | 無料  
対象: 中学生以上  
要申込み

## 運動部「ボッチャを楽しもう」

10月22日(土) 13時～15時  
2F 多目的ホール  
◇定員 | 20名 ◇参加費 | 無料  
◇持ち物 | 上履き、タオル、飲み物  
対象: どなたでも  
要申込み

主催: 葛が谷・中川・加賀原地域ケアプラザ

## Let's ボッチャ

10月30日(日) 10時～12時  
会場 | 都筑地区センター 体育室 参加費 | 無料  
定員 | 子ども(小学生)12名/大人(高校生以上)20名  
※9/30(金)AM9時より中川地域ケアプラザにて受付  
申し込み受付電話: 045-500-9321  
対象: 横浜市在住の方などどなたでも  
要申込み

## 貸館大掃除 参加団体募集

対象: 貸館ご利用団体のの方々  
ケアプラザ外回りの清掃(剪定・草取りなど)をお願いします  
11月30日(水) 10時30分～11時30分  
※ 地域ケアプラザに「団体Ⅱ」という区分で登録している  
団体は、年2回「福祉保健活動」を行う必要があります  
※ 先着5団体(2名以上参加できる団体)  
～詳細はお問い合わせください～

## サンサンひろば

対象: 未就園児親子  
自由遊びにお部屋を開放しています。  
時タイバントもあります。遊びにきてね!  
◇日時 | 第2、第4木曜日 10時30分～12時  
◇場所 | 2F 多目的ホール  
10月13日・27日/11月10日・24日

## イベント情報

無料です ※申し込み不要  
10月27日(木) 10時30分～11時30分  
ヘルスメイトさんの食育講座  
野菜・タンパク質のお話と塩分濃度計測を実施  
トーマス号も登場するよ。おたのしみに♪

## 11月24日(木) 10時30分～11時30分 集まれ! つづきのニューフェイス

みどり保育園の保育士さんと一緒に遊ぼう♪  
初めての方も、いつも来てくれるみんなも...  
ぜひお待ちしております!

## 来年の干支 うさぎ(卯)の置物作り

ちりめんの布で来年の干支、卯の置物を作ります。  
使い慣れた針、ハサミなどお持ち下さい。 要申込み

## 11月23日(水・祝) 13時30分～15時30分

場所 | 2F ボランティアコーナー  
参加費 | 600円 ☆定員 | 10名  
※11月1日より電話・窓口にて申し込み受付開始  
講師 | 久保田秀子氏(アトリエ olive)

## 「LINEの活用講座」

スマホ講座 in 都田小コミハ  
日時 | 10月31日(月) 13時～15時  
場所 | 都田小学校コミュニティハウス  
定員 | 12名 参加費 | 500円  
講師 | 京セラ(株) 原正夫氏  
協力 | つづきパソピア  
お申し込み 都田小コミハ 045-941-9522

＜お申込み・お問い合わせ＞ 加賀原地域包括支援センター

電話: 045-944-4641 担当: 小野・神山・山田・飯沼

＜お申込み・お問い合わせ＞

加賀原地域ケアプラザ 電話: 045-944-4640 電話受付時間: 9時～17時  
✉ kagahara-chikou@nakagawa-tokushokai.com

★駐車場に限りがありますので、公共の交通機関でご来館ください。