

笹野台ケアプラダより

2月号

赤ちゃんからお年寄りまで、どなたでも利用できます

第143号 令和7年2月1日発行
横浜市笹野台地域ケアプラザ
横浜市旭区笹野台2-32-1
電話367-2330・FAX367-2331
発行責任者 所長 星野 良介



どんど焼き

年末の準備から元旦、松の内と続いてきた正月を締めくくる行事の一つ。松飾りやしめ縄、お守りなどをお焚き上げする地域の行事です。

主役の子ども達は、神の使いとなり、招福や厄払いといった役割を担います。



1月12日、笹野台地域でもどんど焼きが行われました。心配された天気も持ち直し、厳しい寒さの中、お炊き上げの火と温かい豚汁で地域の皆様もほっとしていました。

この一年が皆様にとって良い年でありますように！！



おとな塾

テーマ
楽しく食べて、健康に！

【内容】

マヨネーズでおなじみのキューピーの講座。

シニア世代に必要な栄養素や

食事を楽しむ大切さについて

学びましょう。

【開催日時】3月3日(月) 10:00~11:30

【場所】笹野台地域ケアプラザ

【対象】65歳以上、介護予防に興味のある方

【定員】30名 【参加費】無料 【持ち物】上履き、筆記用具

キューピーからの
お土産あります



テーマ **大人のマネープラン** (講師:三井住友信託銀行)

より長くなった人生、今あるものを見直して、

「そなえる」「のこす」を考える。

【開催日時】2/26(水)10:00~11:30



笹野台地区社会福祉協議会共催

サロンお茶べり会

音楽会

おとがくる

出演：ミュージックボランティア音楽る

2/19 (水)

13:00~15:00

演奏曲目

昭和歌謡曲、フォーク、ポップス、クラシック、民謡、童謡などから選んで演奏します。どうぞお楽しみに！

「音楽でまちを元気に」をモットーに、ボランティアとして音楽活動を楽しんでいる『音楽る(おとがくる)』です。一緒に楽しい歌の世界へ！！

場所：笹野台地域ケアプラザ
飲物代：100円
対象：地域の方
持ち物：上履き※かかとのあるもの
次回：3月19日 着物ファッションショー (予定)

事前の申込は不要です。お気軽にお越しください。たくさんの方のご参加をお待ちしております！！

◆協力医による健康相談(無料)◆

健康の不安から物忘れなど、ご自身の事、家の事でも相談可。ケアプラザ協力医の山田浩人先生が相談に応じます。

【開催日】2/4(火)、2/17(月)、3/4(火)、3/17(月)

【事前予約制】2組 ①12:30~ ②13:00~

【場所】笹野台地域ケアプラザ

介護相談予約受付中

介護や生活の困りごとに関する相談。訪問対応や介護保険の代行申請も行ってあります。

予約制をとっておりますので、まずはお電話ください。

相談専用番号 ☎ 045-367-2070

歩きながら 筋トレ

要予約
20名

自分の歩き姿を見つめ直し、
若々しくカッコいい姿勢で！
楽しく歩いて心も体も元気に

【開催日時】

1回目 2月 7日(金) 10:00~11:30

2回目 2月21日(金) 10:00~11:00

【場所】笹野台地域ケアプラザ

【講師】齊藤友子先生

【対象】65歳以上、介護予防に興味のある方

【参加費】無料

【持ち物】上履き、水分補給の飲み物、タオル
運動のできる服装でご参加ください

いどばた会

申込
不要

× ころぼ
リモートオレンジカフェ

催し物 ※リモートで開催します。
2/11(火)五金戯(ごきんぎ)
3/11(火)アロマ講座

お喋りしたり！

OPEN

★毎月第二火曜日★

時間：13:30~15:30

場所：笹野台地域ケアプラザ

参加費：100円(飲み物)

持ち物：室内履き

★出入り自由★

どなたでもどうぞ！

リモートで催し物に
参加したり！

過ごし方は
自由です！

コーヒー付き！



所長からのお知らせ

笹野台地域ケアプラザ

管轄内において「特殊詐欺」や

「孤独死」最近よく耳にします。

非常に残念な気持ちになります。

この2つはあまり関係無いように感じ

ますが、実は有効な防止策が共通して

います。それは「誰かが誰かの何かに

気付く事！」隣近所で声掛けあって、

気付いたことがあればケアプラザまで

ご相談ください。みんなで残念な事件

を減らしていきましょう。



【活動カレンダー】

自主事業：対象者 青…高齢者 桃…養育者及び乳幼児 黒…地域住民全般
 緑…障害児・者 オレンジ…子ども・青少年 …夜間利用

2月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|---|---|--|---|--|
| | | | | | | 1 登録団体貸館抽選 スマホ・タブレット 個別相談室 12:30～16:00 |
| 2 楽しくポッチャ 10:00～11:30 | 3 わらべうたと 絵本の会 10:30～11:30 笹ケアギャラリー (日本刺繍展) 2/3～ | 4 あさひDEあそび 9:30～11:30 健康相談(要予約) 12:30～13:30 | 5 笹野台昼食会 ※笹野台地区社会福祉 協議会 会員限定 12:00～13:00 こどものフリールーム 15:00～17:00 | 6 くるみの森パン販売 11:30～12:30 | 7 歩きながら筋トレ 10:00～11:30 | 8 |
| 9 | 10 休館日 | 11 あさひDEあそび ニワツシー いどばた会×(こらぼ) リモートオレンジカフェ 13:30～15:30 笹ケア自習室 10:00～16:30 | 12 腰痛講座 15:00～16:00 こどものフリールーム 15:00～17:00 | 13 | 14 ひなたぼっこ 「そとあそび」 10:00～11:30 | 15 スマホ・タブレット 個別相談室 12:30～16:00 |
| 16 楽しくポッチャ 10:00～11:30 笹ケア自習室 12:00～16:30 | 17 健康相談(要予約) 12:30～13:30 | 18 あさひDEあそび 9:30～11:30 | 19 サロン 「お茶べり会」 13:00～15:00 こどものフリールーム 15:00～17:00 | 20 ひなたぼっこ 「出張ひろば」 10:00～11:30 くるみの森パン販売 11:30～12:30 | 21 歩きながら筋トレ 10:00～11:00 | 22 |
| 23 登録団体交流会 10:00～11:30 | 24 楽しくポッチャ 10:00～11:30 | 25 あさひDEあそび 9:30～11:30 | 26 大人のマネープラン 10:00～11:30 こどものフリールーム 15:00～17:00 | 27 | 28 カレーハウス笹野台 (笹野台会館) 17:00～19:00 | |

3月1日～3月15日

※3月夜間利用は、2月20日以降に決定します

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------------------------|--|---|--|-------------------------------|--|--|
| | | | | | | 1 登録団体貸館抽選 スマホ・タブレット 個別相談室 12:30～16:00 |
| 2 楽しくポッチャ 10:00～11:30 | 3 楽しく食べて 健康に(キューピー の講座) 10:00～11:30 わらべうたと 絵本の会 10:30～11:30 | 4 あさひDEあそび 9:30～11:30 健康相談(要予約) 12:30～13:30 | 5 笹野台昼食会 ※笹野台地区社会福祉 協議会 会員限定 12:00～13:00 こどものフリールーム | 6 くるみの森パン販売 11:30～12:30 | 7 | 8 |
| 9 | 10 休館日 | 11 あさひDEあそび 9:30～11:30 ニワツシー 10:00～11:00 いどばた会×(こらぼ) リモートオレンジカフェ 13:30～15:30 | 12 こどものフリールーム | 13 | 14 ひなたぼっこ 「そとあそび」 10:00～11:30 | 15 スマホ・タブレット 個別相談室 12:30～16:00 |

カレーハウス笹野台

主催：笹野台地区社会福祉協議会
協賛：笹野台地区連合自治会
協力：笹野台地域ケアプラザ

日時：2月28日(金)17:00~19:00
会場：笹野台会館 参加費：200円 おかわり100円
*売売により早く終了することがあります。
*来館者用紙記入のご協力をお願いいたします。
*スリッパの貸出しはございません。
*アレルギーのあるお子様は保護者の管理でお願いします。



《お問い合わせ》

笹野台会館内 月・水・金10時~12時 ☎045-361-9865

～ボランティアさんによる～ スマホ・タブレット 個別相談室

要予約
8名程度

★参加費無料

スマホ・タブレットなどのお悩み
困り事はありませんか？

◆日時：第1・第3土曜日
12:30~16:00

◆対象：スマホ操作
にお困りの方



※申込時に相談内容をお知らせください

～旭区子育て支援者会場～

あさひDEあ・そ・ぼ

定員14組
程度

毎週 火曜日 2/11はお休みです
9:30~11:30

ご予約は不要です

※活動時間等、最新情報は区役所のホームページをご覧ください。お問合せは、笹野台地域ケアプラザまで。

ひなたぼっこ

地域子育て支援拠点ひなたぼっこ共催

●お問合せ 045-442-3886

そとあそび

2月14日(金)
10:00~11:30

笹野台二丁目公園

毎月第2金曜日 次回は3/14です

出張ひろば

2月20日(木)
10:00~11:30

笹野台地域ケアプラザ

毎月第3木曜日 3/20はお休みです

パン
お菓子
販売

生活介護事業所

くるみの森

2月6日・2月20日

3月6日・3月20日はお休み

4月・5月もお休みです

毎月第1・3木曜日 11:30~12:30



～親子で楽しむ～ わらべうたと 絵本の会



毎月第1月曜日開催

協力：にじいろパンダ

定員12組
参加費無料

わらべうたでお子さんとのスキンシップを楽しみませんか？
わらべうたと絵本を楽しんだ後はおもちゃで遊んだり、
絵本の貸出もしております。お待ちしております。

- 時間：10:30~11:30
- 場所：笹野台地域ケアプラザ
1階 多目的ホール1
- 対象：0~3歳児のお子様と
そのご家族



お子さんと一緒にたくさんの絵本と触れ合う時間を!!

笹ケア自習室

申込
不要

●日時：2月11日(火)10:00~16:30
2月16日(日)12:00~16:30

●場所：笹野台地域ケアプラザ

●対象者：中学生

●持ち物：勉強道具・うわばき

※自習室ですので、静かにご利用ください。



こどもの

★参加費無料

申込
不要

フールーム



毎週水曜日15:00~17:00

3月はお休みです。

新年度は4月9日からはじまります!!

こどもの見守りボランティア募集中!

【お問合せ・申込先】

横浜市笹野台地域ケアプラザ

045-367-2330

※ご来場の際の駐車場は限りがありますので、公共交通機関をご利用くださいますようお願いいたします。尚、障害等のご事情のある方は事前にご連絡ください。