

笹野台ケアプラダより

3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144号 令和7年3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



2025年度 おとな塾 笹野台校

- ✓ 認知症サポーター養成講座
- ✓ 三味線体操
- ✓ 大人の片付け
- ✓ 人生会議(ACP)
- ✓ フレイル予防
- ✓ 介護保険を学ぼう



定年後の第二の人生も、
よく学び、よく楽しみ、
素敵なライフスタイルをプランしましょう！
今年も毎月、1科目開催予定です。
毎月参加を目指して、ご参加ください。

「フレイル予防総論」 &「おとな塾年間予定の説明」



- ・介護予防に効果的な運動を実践しながら、フレイル予防を分かりやすく解説します。
- ・今年度のおとな塾年間予定を説明します。

【開催日時】4月30日(水)

10:00~12:00

【会場】笹野台地域ケアプラザ 多目的ホール

【対象】介護予防に興味のある方

【定員】30名 **※事前予約制**

【参加費】無料

【持ち物】上履き、筆記用具、水分補給の飲み物

移動販売

笹野台
小学校そば!!



富士見会場(東京電力駐車場)

木曜日 14:50~15:10

金が谷会場(金が谷自治会館)

木曜日 15:20~15:40

露木会場(笹野台第二公園)

金曜日 14:40~15:40

笹野台住宅3号棟広場

火・金曜日 14:30~15:00

見て、選んで、お買い物!!
どなたでもご利用して頂けます!!
生鮮品・お惣菜・日用雑貨等、品揃え豊富に
お待ちしております。



笹野台地区社会福祉協議会共催

サロン お茶べり会

3/19 (水) 13:00~15:00

BOCCIA



ボッチャ
表彰式あります！



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：4月16日（水）

事前の申し込みは不要です。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。

いどばた会 × ころほ リモートオレンジカフェ

申込
不要

催し物 ※リモートで開催します。
3/11(火)アロマ講座



お喋りしたり！

過ごし方は
自由です！

★第二火曜日★

時 間：13:30~15:30

場 所：笹野台地域ケアプラザ

持ち物：室内履き

★出入り自由★

どなたでもどうぞ！



お知らせ

4月からリモートは無くなり「いどばた会」
のみの開催となります。
引続き、オレンジカフェは「GHみんなの家
金が谷」で開催しております。

◆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、家族の事でも相談可。
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】3/4(火)、3/17(月)、4/1(火)、4/21(月)

【事前予約制】2組 ①12:30~ ②13:00~

【場所】笹野台地域ケアプラザ

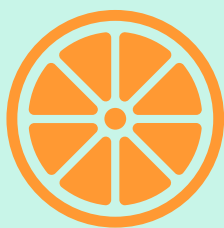
介護相談予約受付中

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
行っております。
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

所長からのお知らせ



笹野台チームオレンジ始動！

令和7年度より「**笹野台チームオレンジ**」が始まります。
認知症の人や家族、地域が一体となって住みよいまちづくり
を推進していく事業です。

令和7年度は「認知症」についての様々な情報発信や講座
を通して、皆さんと一緒に学んでいきたいと考えています。
実際に認知症の介護経験をお持ちの方や認知症について
興味のある方など、一緒に「認知症にやさしいまち」を目指して
活動してみませんか？

お気軽にケアプラザまでお声掛けください。

メンバー募集！！



【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 **黄**…夜間利用

3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 楽しくポツチャ 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
16 楽しくポツチャ 10:00～11:30	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	20 ひなたぼっこ 「出張ひろば」 くるみの森パン販売	21	22
23	24	25 あさひDEあそび 9:30～11:30	26 こどものフリールーム	27	28	29
30 楽しくポツチャ 10:00～11:30	31				カレーハウス笹野台 (笹野台会館) 17:00～19:00	笹ヶアギャラリー (日本刺繍作品展) ～3/29

4月1日～4月19日

※4月夜間利用は、3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 あさひDEあそび 9:30～11:30 健康相談(要予約) 12:30～13:30 笹ヶアギャラリー (色鉛筆画展)4/1～	2 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	3 くるみの森パン販売	4	5 スマホ・タブレット 個別相談室 12:30～16:00
6 楽しくポツチャ 10:00～11:30	7 わらべうたと絵本の会 10:30～11:30	8 あさひDEあそび 9:30～11:30 ニワツシー 9:30～10:30 いどばた会 13:30～15:00	9 こどものフリールーム 15:00～17:00	10	11 ひなたぼっこ 「そとあそび」 10:00～11:30	12
13	14 休館日	15 あさひDEあそび 9:30～11:30	16 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	17 ひなたぼっこ 「出張ひろば」 10:00～11:30 くるみの森パン販売	18	19 スマホ・タブレット 個別相談室 12:30～16:00

※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。

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：3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

~親子で楽しむ~ 予約不要 わらべうたと絵本の会

毎月 第1 月曜日

定員12組
程度

4月7日(月)
10:30~11:30

協 力：にじいろパンダ

~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
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。

ぴなたまご

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

3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 4/11 です

出張ひろば

**3/20 は
お休みです**

笹野台地域ケアプラザ

毎月 第3 木曜日

10:00~11:30

次回は 4/17 です

パン
お菓子
販売

生活介護事業所

くるみの森

3月6日(木)

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



パン

笹ケアギャラリー

好評
開催中!!

申込
不要



「日本刺繍作品展」3月29日まで
「色鉛筆画展」

4月1日~5月30日

【場所】 ケアプラザ1階廊下

【時間】 9:00~17:00

こどもの

フリールーム

申込
不要

★参加費無料



毎週水曜日 15:00~17:00

3月と4月2日はお休みです。

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。