

笹野台ケアプラダより 4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145号 令和7年4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

いどばた会リニューアル!!!

気軽にお喋りしたり！
情報交換したり！
つながりの輪を
広げたり！



OPEN

★毎月第二火曜日★
(4/8・5/13・6/10)

時間:13:30~15:00

参加費:100円(飲み物)

持ち物:室内履き

場所:笹野台地域ケアプラザ

★出入り自由★

どなたでもどうぞ!!

申込不要

「いどばた会」が
再始動!!

皆様のご参加を
お待ちしております。

コーヒー付き! ☕

りんごの棚

たな

りんごの棚は、全ての子どもたちに読書の楽しさを知ってもらう事を目的としてスウェーデンの図書館で始まった取り組みです。

大きな字の本・さわってたのしむ本・見たのしめる本などを集めた本棚になっています。どなたでもご利用できますので是非お手にとってみてください。

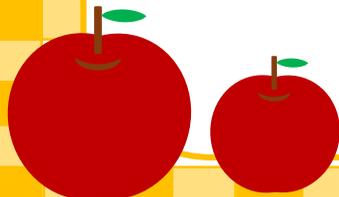
バリアフリー図書
設置しました



このマークが
目印です!



笹野台地域ケアプラザ
1F情報ラウンジ前 →



【お問合せ・申込先】 045-367-2330

笹野台地域ケアプラザ



笹野台地区社会福祉協議会共催

サロンお茶べり会

鍵盤ハーモニカ アンサンブル

演奏：C.f.o.楽団

大人カルチャーとしても注目されてきた鍵盤ハーモニカ。
多くの方々に興味を持ってもらえるように
日々活動しています。

4月16日(水)

13:00~
15:00



～演奏曲～
クラシックから
ポップス
歌謡曲まで

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：5月21日

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。

2025年度

おとな塾 笹野台校

『介護保険入門講座』



「介護する」「介護される」、
人生において「介護」は避けて
通れないこと。早めに学んで
いざというときに備えましょう！
申請タイミング等案内します。

「介護ベッドって
どうやって家に入れるの？」
「寝たきりでもお風呂に入れるの？」
そんな疑問に目で見てわかる、
デモンストレーションにてお答え！



5月26日(月) 10:00~11:30

【場 所】 笹野台地域ケアプラザ多目的ホール2
【対 象】 どなたでも
【定 員】 30名 ※事前予約制
【参加費】 無料
【持ち物】 上履き・筆記用具

◆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】4/1(火)、4/21(月)、5/2(金)、5/19(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。

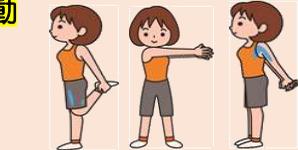


相談専用番号 ☎ 045-367-2070

今年もやります！ 「ロコモ予防体操」

動く身体を保つためのエクササイズ
楽しく仲間と一緒にやる事で効果アップ

音楽に乗って有酸素運動



身体をほぐすストレッチ

【開催日時】 ※開催曜日が不規則なのでご注意ください。
◎5月23日(金)、◎9月18日(木)、
◎11月28日(金)、◎2月19日(木)
各回10:00~11:15 (1時間15分)

参加費
無料

【講師】 金子景子先生
【定員】 30名 ※事前予約制
【会場】 笹野台地域ケアプラザ 多目的ホール
【持ち物】 上履き、飲み物、運動できる服装

介護予防に興味の
ある方誰でもOK

所長からのお知らせ



東日本大震災から14年が経ちました。
日々の防災への備えが非常に重要になっていると
考えております。「笹野台地区ささえあい連絡会
Aグループ」の皆様が作成している「笹野台防災
だより」をケアプラザの情報ラウンジにまとめて
おりますので是非ご覧ください。
またこの度、笹野台小学校の4年生から勉強した
防災についての知識をまとめた新聞とリーフレット
を受け取り掲示と配架をさせていただきました。
子ども達も防災を通して地域貢献を考えてくれて
います。幅広い世代で一人一人が無理なくできる
事を考え協力しながら備えていけ
ると良いですね。



【お問合せ・申込先】

045-367-2330

笹野台地域ケアプラザ

【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

4月

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 笹ケアギャラリー (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 ★夜間開館 ~21:00
20 楽しくポツチャ 10:00~11:30	21 健康相談(要予約) 12:30~13:30	22 あさひDEあそび 9:30~11:30	23 こどものフリールーム 15:00~17:00	24	25 カレーハウス笹野台 (笹野台会館) 17:00~19:00	26
27	28	29 あさひDEあそび	30 フレイル予防総論 10:00~12:00 こどものフリールーム 15:00~17:00			

5月1日~5月17日

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

※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：4月25日(金)17:00~19:00
会場：笹野台会館 参加費：200円 おかわり100円
*完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~

わらべうたと絵本の会

定員12組程度 予約不要



毎月第1月曜日
5月5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。

パン
お菓子
販売

生活介護事業所

くるみの森



4月・5月はお休みです

毎月第1・3木曜日
11:30~12:30

笹ケアギャラリー

申込
不要

4月1日(火)~5月30日(金) **好評開催中!!**
「色鉛筆画展」

場所：ケアプラザ1階廊下

2025年度 ボランティア大募集!!

ボランティア活動に参加してみませんか？
年間のボランティア一覧を館内に掲示
しています。詳しくは地域活動交流
までお問合せください。



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

4月11日(金)

10:00~11:30

笹野台二丁目公園

毎月第2金曜日 **次回は5/9です**

出張ひろば

4月17日(金)

10:00~11:30

笹野台地域ケアプラザ

毎月第3木曜日 **次回は5/15です**

そろばん脳トシ

定員
10名

初心者の方、経験者の方もみんな
楽しくそろばんを弾きましょう!



●日時：6月11日(水)25日(水)
7月9日(水)13:00~14:00

●場所：笹野台地域ケアプラザ

●対象者：概ね60才以上の方

●講師：Natsuko先生
(日本商工会議所珠算検定1級)

そろばんの
無い方は
貸します

●参加費：200円/1回

●持ち物：そろばん・筆記用具・上履き



笹野台小学校4年1組 ~エコキャップアート作品~

地域の皆さまに感謝を込めて作られた
作品がケアプラザに展示されてい
ます。是非、観に来てください!

【お問合せ・申込先】 045-367-2330

笹野台地域ケアプラザ

※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。