



のしちいかレンダー

事業に関しましては、中止等変更する場合があります。ご了承下さい。

日	月	火	水	木	金	土
					1 ・げんきっこひろば ・和・もんぺっ!!	2 粘土で作る 小さなスイーツ 10:00~12:00
3	4	5 イージー体操	6 健康づくり体操 in 野七里	7 公園 de お気軽 健康体操	8 ・げんきっこひろば ・編み物広場	9
10	11 休館日	12 ・ステップ×2♪ ・イージー体操	13	14 ・ボールでGO♪ ・脳トレ スリーA なすなの会	15 ・げんきっこひろば ・和・もんぺっ!!	16 行政書士相談
17 のしちり歌広場	18	19 イージー体操 陽だまりカフェ 「認知症について学ぼう」 14:00~15:30	20 健康づくり体操 in 野七里 みんなでポッチャ (地区センターで開催) 9:00~11:30	21 公園 de お気軽 健康体操	22 ・げんきっこひろば ・編み物広場	23
24 31	25 ・第4月曜日は ポッチャの日 ・健康づくり体操 in 上之町	26 イージー体操	27	28 ・ボールでGO♪ ・ぶらっと茶々処 ・脳トレ スリーA なすなの会	29	30 おいばんを とろう



日	月	火	水	木	金	土
	1	2 イージー体操	3 健康づくり体操 in 野七里	4 公園 de お気軽 健康体操	5 ・げんきっこひろば ・和・もんぺっ!!	6
7	8 休館日	9 ・ステップ×2♪ ・イージー体操	10 在宅での 看取りについて 13:30~15:00	11 ・ボールでGO♪ ・脳トレ スリーA なすなの会	12 ・げんきっこひろば ・編み物広場	13
14	15	16 イージー体操	17 健康づくり体操 in 野七里	18 公園 de お気軽 健康体操 介護保険制度と福祉用具 住宅改修の話 13:30~15:00	19 ・げんきっこひろば ・和・もんぺっ!!	20 行政書士相談
21 	22 第4月曜日は ポッチャの日 ・健康づくり体操 in 上之町	23 イージー体操	24	25 ・ボールでGO♪ ・ぶらっと茶々処 ・脳トレ スリーA なすなの会	26 ・げんきっこひろば ・編み物広場	27
28	29	30 ひきこもり 8050 について 14:00~15:30				

【ケアプラザの定例事業開催時間のご案内】

イージー体操	15:00~16:00	第4月曜日はポッチャの日	10:00~12:00
健康づくり体操	野七里 13:15~14:45	行政書士相談会	13:00~16:00
	上之町 13:30~15:00	和・もんぺっ!	13:00~16:00
公園 de お気軽健康体操	10:00~11:00	編み物広場	13:00~16:00
ステップ×2♪	10:00~11:15	のしちり歌広場	14:00~15:00
健康ポールでGo♪	10:00~12:00	のしちりぶらっと茶々処	10:00~12:00
		げんきっこひろば	10:00~12:00

令和7年8月発行
編集：横浜市野七里地域ケアプラザ
発行責任者：勝吉久恵

お問い合わせ先：〒247-0024 横浜市栄区野七里 1-2-31
TEL 045-890-5331(代表)/5333(相談) FAX 045-890-5332
HP: <https://www.shinkoufukushikai.com/care-plaza/noshichiri/>



横浜市野七里地域ケアプラザ

ほっこりだより SUMMER



新所長着任のご挨拶



皆様、はじめまして。この度7月1日付で所長に着任いたしました勝吉久恵(かつよし ひさえ)と申します。私は、数か所の介護施設の管理者を務めてまいりましたが、地域ケアプラザは初めての経験となります。公私において地域活動は積極的に携わっており、地域の活動・支援・地域ケアシステムの要にあるケアプラザでの職務にワクワクしております。この栄区を知ること、地域資源・地域性等を理解し、地域の皆様にご教示いただきながら皆様とともに地域の一層の発展をめざし、地域社会のよりよい未来へつながりますよう尽力いたします。 どうぞよろしくお願いいたします。 勝吉 久恵

退任のご挨拶

この度7月1日付で法人本部に異動となりました。野七里地域ケアプラザの一員として過ごした8か月間、地域の皆様に温かく迎えていただき心より感謝申し上げます。

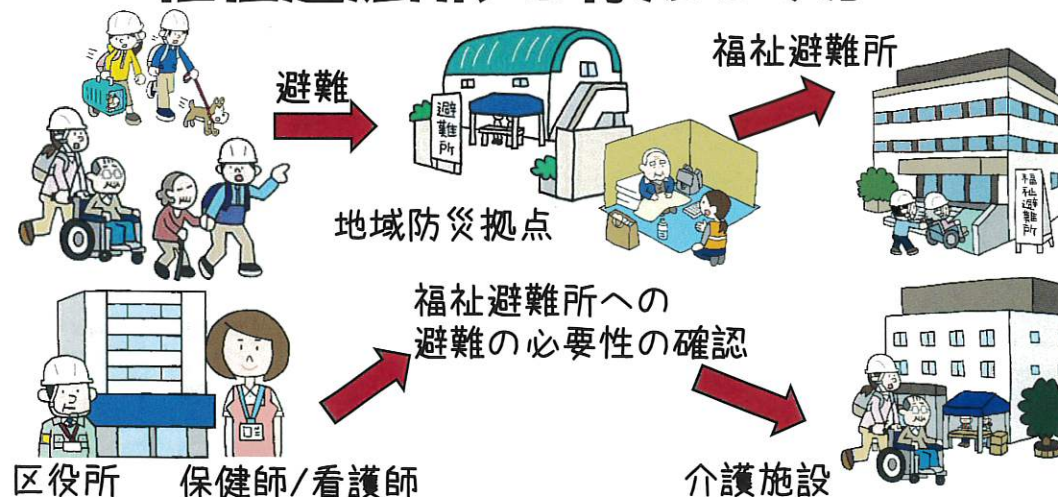
甲斐 晋之介

9月は認知症月間です

9月21日は「世界アルツハイマーデー」(認知症の日)です。認知症の方達が住み慣れた街で自分らしく安心して暮らすためには、地域の方達の認知症に対する正しい理解が必要です。そのために9月を「認知症月間」とし、さまざまな啓発活動をおこなっています。野七里地域ケアプラザでは、ご自身が万が一認知症になった時、どういう街であって欲しいかを考えていただきながら「おたがいさま」の気持ちで見守り、支援の輪が広がる事を目標としています。ほっこりだよりの2頁に、今年度の取組み一覧を掲載しておりますので是非ご参加下さい。また、認知症サポーター養成講座開催依頼は随時受付けております。サロンや自治会・町会等でご希望の際は、野七里地域ケアプラザまでお問い合わせください。



福祉避難所、ご存知ですか？



9月1日は防災の日です。大規模災害が発生した際の準備や避難経路について、ご家族や近隣の方とお話されていますか？

横浜市内のケアプラザは、発災時、建物に損傷がなく、区からの依頼がある場合には福祉避難所として開設されます。

ご自宅が倒壊などで住めない状態の場合、まずはお近くの地域防災拠点に避難していただきます。防災拠点に避難された方の中から、区役所から派遣された専門職の判断によって、拠点での生活が困難な方のみ福祉避難所への避難となります。ただ、ケアプラザをご利用になった方はおわかりかと思いますが、ケアプラザでの避難も学校の体育館と同じ板張りの床の上に、マットやダンボールベッドでお休みいただく事になります。支援が必要な方は環境が変化する事で体調が悪くなることもあり、ご自宅が住める状態であれば、なるべくご自宅で過ごすことができるよう平常時からの備えと、自治会町会での見守りをこころがけていただければと思います。

チームオレンジ事業年間スケジュール



認知症の方とご家族が地域で安心して生活できるように、認知症の正しい理解と対応方法を周知し、その方らしい生活を継続して送れるよう地域全体での見守りや支援を広げる横浜市のチームオレンジ事業を開催します。是非ご参加下さい。(詳細はチラシにてお知らせします)

開催月	日時	講座名	内容	申込
8月	19日(火) 13:30~15:00	陽だまりカフェ	認知症について学ぼう 樹診療所益利谷 山田朋樹医師	事前申込
	27日(水) 13:30~15:00	介護者の集い	認知症の方を介護する方のための集いの場	事前申込
10月	22日(水) 12:00~14:00	「やましん蕎麦」 開店します!	地域でお蕎麦屋さんを営んでおられた方が腕をふるって下さい	30食限定
11月	17日(月) 13:30~15:00	陽だまりカフェ	アロマセラピーとミニバスケットの作成で穏やかなひと時を...	申込不要
	26日(水) 13:30~15:00	介護者の集い	認知症の方を介護する方のための集いの場	事前申込
12月	24日 13:30~15:00	オレンジ色の クリスマス	認知症啓発・支援のシンボルカラーオレンジ色のクリスマス会を開催します	事前申込
1月	28日(水) 12:00~14:00	「やましん蕎麦」 開店します!	地域でお蕎麦屋さんを営んでおられた方が腕をふるって下さい	30食限定
2月	25日(水) 13:30~15:00	介護者の集い	認知症の方を介護する方のための集いの場	事前申込
3月	14日(土) 13:30~15:00	陽だまりカフェ	ICHIGO-BAND 演奏会	申込不要



認知症サポーター養成講座は随時依頼をお受けいたしております。

包括支援センターからお届けする

秋の学習講座

在宅での看取りについて

在宅での看取りについて訪問医に様々なことを聞いてみましょう
日時：9月10日(金) 13:30~15:00
定員：栄区民35名
参加費：無料
8/10~受付開始

ひきこもり・8050問題について

様々な社会的背景をかかえる大人のひきこもりや80・50問題について、長く支援に携わってきた方よりお話を伺います
日時：9月30日(火)
14:00~15:30
定員：40名 参加費：無料
スリッパをお持ちください
8/10~受付開始



介護保険と福祉用具・住宅改修についての講座

介護保険制度を利用した上手な福祉用具の借り方や住宅改修について学びましょう
日時：9月18日(木) 13:30~15:00
定員：栄区民35名
参加費：無料
8/10~受付開始



尿漏れなど排尿障害のお話

人には言えない尿についてのお話を医師が詳しく教えてくれます。
日時：10月16日(木)
14:00~15:00
定員：35名
参加費：無料
9/10~受付開始



今年も野七里あじさいCafe オープンしました



鎌倉紅谷さんの銘菓「あじさい」



栄家マフダムさん
本業は1級建築士さんです

6月15日。上郷あじさい祭りに合わせて野七里あじさいCafeをオープンしました。栄区紫陽花の会のみなさんからは、両手がかかえるほどの紫陽花を、(株)鎌倉紅谷さんからは、今年も銘菓「あじさい」をご提供いただきました。

今回もたくさんの方にご協力いただき、無事開催することができました事、改めてお礼申し上げます。また、生憎の雨の中お越しいただいた皆様、楽しい時間を過ごしていただけたでしょうか。何かの折に、感想などお聞かせいただければと思います。ありがとうございました。



野七里茶々部のみなさん



和・もんぺっ!のみなさん
自作のもんぺでファッションショーです

みんなでボッチャ

涼しい体育館で、ボッチャの体験★試合!
親子・友達・1人でもOK!
子どもから大人まで、みんなでやろう!ボッチャ!
日時：8月20日(水) 9:00~11:30
定員：14組 2人/組
お一人で参加された方は、こちらでチームを組みます
参加費：100円/人
持ち物：上履き・飲み物・タオル
場所：上郷地区センター
お申込みは上郷地区センター ☎ 892-8000 まで



はじめまして



野七里地域ケアプラザの新しい仲間を紹介いたします。よろしく願いいたします。

居宅介護支援事業
ケアマネジャー づばき りょうこ 椿 良子

ナイトヨガ 体験してみませんか?

お仕事帰りに、家事を終えてほっとした時間にヨガを体験してみませんか。ケアプラザの貸室利用団体「ナイトヨガ」では体験講座を行います。ヨガで1日の疲れを癒し、免疫力アップを目指しましょう!
日時：8月28日(木)19:00~20:00
場所：野七里地域ケアプラザ 多目的ホール1
費用：1回500円
持ち物：動きやすい服装・水分
ヨガマット(お持ちでない方はご相談ください)
詳細は 野七里地域ケアプラザまでお問合せください! ☎ 890-5331

