横浜市野七里地域ケアプラザ

ほっこりだより秋

2026.10　栄区連承認 449号

新所長着任のご挨拶



こんにちは。９月１日より所長になりました井川淳一です。
ちょうど６年前の９月１日に、野七里地域ケアプラザに入職し、包括支援センターの職員として地域の皆さまはじめ、関係機関の皆様よりたくさんの助言をいただきながら、ここまで務めることができました事、感謝いたしております。
これからは所長として、今までと変わらず地域の皆様が気軽に足を運んでいただける楽しいケアプラザをめざして、より一層精進してまいります。
今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

所長：井川　淳一

相談時間の変更について

ほっこりだより夏号でもお知らせしましたが、10月1日より包括支援センター相談時間が変更となります。

●月曜日～土曜日　9:00～17:00　ケアプラザ窓口またはお電話でご相談いただけます。
●月曜日～土曜日　17:00～翌朝 9:00　コールセンターでの対応になります。
●日曜・祝日　終日コールセンターでの対応になります。（相談員不在となります。）



（相談専用電話　045-890-5333 にかけていただくと自動的にコールセンターにつながります）
ご理解とご協力をお願いいたします。

上郷東ふくしほけんまつり開催します！

11月8日(日)　10:00～13:00

上郷東地区社会福祉協議会主催の「ふくしほけんまつり」が野七里地域ケアプラザで開催されます。
ふくしほけんまつりは今年で５回目を迎え、上郷東地区で活動している団体の活動紹介や、毎年大人気の健康測定コーナーをはじめ、キッズコーナーや、美味しいコーヒーとお菓子でほっとひと息ついていただく、喫茶コーナーもご用意しています。美味しいと評判のパン販売や、物品の販売など盛りだくさんの楽しいイベントを計画しています！





この機会に是非、楽しみながら、ご自身の住む街について考えてみませんか？当日は、大きなバルーンタッチーとWelcome と書かれた大きなゲートがお出迎えいたします。ご家族やお友達と、もちろんお一人でも気軽にお越しください。お待ちいたしております。



写真は、昨年のふくしほけんまつりの様子です。

眠っている毛糸ありませんか？第２弾

以前、使わなくなった毛糸を募集したところ、多くの毛糸をご寄付いただき、たくさんの方のご協力により、ボランティアの皆さんがケアプラザの事業で使用するマスコットや近隣施設にお渡しするマフなどを作っていただきました。保管場所の関係から募集をお休みしておりましたが、再度募集させていただく事になりました。みなさんのお手元に眠っている毛糸がありましたら、ケアプラザまで是非ご連絡下さい。
ご協力の程、よろしくお願いいたします。





夏の自主事業報告

小学生の保育士体験



７月22・23日、上郷いちい保育園とふぁみりーさぽーとのあにご協力いただき、小学生の保育士体験を開催しました。将来保育士さんになりたい。弟や妹がいるから…と、



参加の理由はさまざまでしたが、みんな暑い中小さいお友達相手に一生懸命がんばりました！
夏休みの経験としていい思い出になってくれたら嬉しいです。

カギ針で編もう！

自分だけのスマホショルダー♪



７月24日、編み編みの会のみなさんが講師となって、世界で一つのスマホショルダー作りに挑戦しました。参加者は小学生から大人まで。
先生の説明を聞き、時には手伝ってもらいながら、自分の好きな色を選んで編んでいきました。
編み物初挑戦の方もいらっしゃいましたが、お花のモチーフがついた可愛い作品を手に皆さん嬉しそうでした。大切に使って下さい。



秋の自主事業のお知らせ

初心者向け

土曜日はギターの日

今からでも遅くない！新しいこと始めませんか？
日時：月１回 土曜日開催　14:00～15:00
　10月24日・11月14日・12月26日
　１月23日・　２月27日・　３月27日
定員：全くの初心者６名
参加費：１回100円（資料代）
相談会開催します！　９月26日(土)
　14:00～15：00
長く使っていなかったギターでも大丈夫？
ご心配な方、修理が必要かなど相談にのります。



経験者向け

駿佑くんとギターで遊ぼう！

駿佑くんと、一緒にギターの弾き語りで楽しい時間を過ごしませんか？
日時：月１回　金曜日開催　13:00～15:00
　11月６日・12月４日・１月15日・２月５日・
　３月５日
定員：10名
参加費：100円(資料代)
見学もOK！
協力：フレンズ☆SAKAE



のしちりぷらっとクリスマス茶々処♪12月24日OPEN！

毎月第４木曜日に開催する　野七里ぷらっと茶々処　は、コーヒーとお菓子だけでなく、ミニカゴづくりやスマホ相談会・囲碁など盛りだくさんのコーナーを設けています。
12月はちょうど24日のクリスマスイブの日が開催日となりますので、クリスマス茶々処　としてシフォンケーキをご用意して皆様のお越しをお待ちしています。
もちろん、いつものコーナーも開催します。
申し込みは不要です。ご家族で、お友達と、もちろんお一人でもぷらっとお立ち寄りください。
日時：12月24日(木) 10:00～　お一人100円



昨年のクリスマス茶々処では、参加された方がサプライズでハーモニカを演奏してくださいました♥

つづく

知っておきたい終活講座

終活について必要なこと、知りたいことを専門家にわかりやすく説明してもらいます。



日時：10月15日(木)
14:00～15:30
参加費：無料
講師：人生まるごと支援　三国　浩晃氏

簡単！スマホ講座

ケアプラザの貸室利用団体「野七里ＰＣ迷人会」・「パソコンサークル」がスマホの基本操作・LINEの音声入力や音量調整の方法など教えてくれます。



日時：10月27日(火)
10:00～12:00
参加費：無料
定員：８名　10/1 から申込開始

のしちり歌広場

アロハウクレレ野七里の皆さんの演奏にあわせて歌いましょう！必ず事前の申込みをお願いします！



日時：10月18日(日)
14:00～15:00
参加費：100円(茶菓代)
定員：45名

小さなアーティスト展

栄区内個別学級・特別支援学校・事業所のみなさんの可愛らしくて、楽しくてとってもクールな作品展を今年も開催します。



日時：12月1日～6日　10:00～16:00
(初日のみ 13:00 から開催)
場所：横浜市栄区民文化センターリリス



5・6日は、11月10日から区内地域ケアプラザで配布する引換券をお持ちいただくと、タッチークッキーをプレゼント！

秋の散策ツアー



山野草とお花を楽しむ会～紅葉編～

横浜自然観察の森の紅葉を
今年も見に行きませんか？



日時：12月15日(火)　10:00～14:00
参加費：無料
定員：栄区内在住２０名
持ち物：昼食・飲み物
11/1 から申込開始

のしちり散歩～第23歩～

北鎌倉から鎌倉の紅葉を楽しみましょう！



日時：12月2日(水)
9:30～14:00
参加費：無料
定員：栄区内在住２０名
持ち物：交通費・昼食
11/1 から申込開始

おいでよ！げんきっこひろば

親子でワクワク♪ハロウィン冒険ツアー＆お食事会

Trick or Treat! お菓子をもらいに冒険しよう！



日時：10月30日(金)　10:00～14:30
食事代：大人 300 円　子ども 200 円
冒険ツアーのみの参加の場合は
子ども一人につき 100 円
定員：未就学児親子 10 組

編み編みの会さんからのプレゼントもあるよ！

にこりんくとわくわく秋あそび

にこりんくと一緒に秋遊び！
パラバルーンや作成で楽しい時間を
過ごしましょう♫

日時：11月27日(金)　10:00～12:00
参加費：無料
定員：未就学児親子 10 組



インスタグラムで　野七里地域ケアプラザ　と検索して、ご覧ください。

10月 のしちりカレンダー

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 公園 de お気軽健康体操 楽々ポールウォーキング	2 げんきっこひろば和・もんぺっ!!	3
4	5	6 イージー体操	7 健康づくり体操 in 野七里	8 楽々ポールウォーキング	9 げんきっこひろば編み物広場	10
11	12 休館日	13 イージー体操	14	15 公園 de お気軽健康体操 知っておきたい終活講座	16 げんきっこひろば和・もんぺっ!!	17 行政書士相談
18 のしちり歌広場	19	20 イージー体操	21 健康づくり体操 in 野七里 山野草とお花を楽しむ会～秋編～	22 野七里ぷらっと茶々処	23 げんきっこひろば編み物広場	24 土曜日はギターの日
25	26 第４月曜日はボッチャの日 ・健康づくり体操 in 上之町	27 簡単スマホ講座 イージー体操	28	29	30 げんきっこひろば親子でワクワク♪ハロウィンツアー＆お食事会	31 

11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 	3 イージー体操	4 健康づくり体操 in 野七里	5 公園 de お気軽健康体操	6 げんきっこひろば和・もんぺっ!! 駿佑くんとギターで遊ぼう	7
8 上郷東ふくしほけんまつり	9 休館日	10 イージー体操	11	12	13 げんきっこひろば編み物広場	14 土曜日はギターの日
15	16	17 イージー体操	18 健康づくり体操 in 野七里	19 公園 de お気軽健康体操	20 げんきっこひろば和・もんぺっ!!	21 行政書士相談
22	23 第４月曜日はボッチャの日 健康づくり体操 in 上之町	24 イージー体操	25	26 野七里ぷらっと茶々処	27 にこりんくとわくわく秋あそび 編み物広場	28 
29	30					

【ケアプラザ定例事業開催時間のご案内】

イージー体操	15:00～16:00	行政書士相談会	13:00～16:00
健康づくり体操	野七里 13:15～14:45	和・もんぺっ！	13:00～16:00
		編み物広場	13:00～16:00
	上之町 13:30～15:00	のしちり歌広場	14:00～15:00
公園 de お気軽健康体操	10:00～11:00	のしちりぷらっと茶々処	10:00～12:00
第４月曜日はボッチャの日	10:00～12:00	げんきっこひろば	10:00～12:00

令和8年10月発行
編集：社会福祉法人 伸こう福祉会
横浜市野七里地域ケアプラザ
発行責任者：井川淳一

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
ホームページご覧ください→