

上笹下地域ケアプラザ・事業カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
11/28	11/29	11/30	12/1	12/2	12/3	12/4
・囲碁将棋サロン 13:00～17:00 小学生・初心者大歓迎	・12月げんきde笑 予約受付10:00～	・スマホ相談室 (要予約)	・かおるカフェ(無料) 13:30～15:30		・たけのこ茶屋 13:30～15:30 定員20名(要予約) ゲスト「横浜シルバー スターズ」さん	
12/5	12/6	12/7	12/8	12/9	12/10	12/11
・囲碁将棋サロン 13:00～17:00 小学生・初心者大歓迎	・お庭隊 ※雨天中止 13:00～15:00 花・野菜を育てて交流	・みんなで3B体操 10:00～11:30 参加費200円			・Enjoy親子英語 10:00～11:00 参加費300円 未就学児	・シニアライフ講座 13:30～15:30 定員30名 要予約
12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	12/17	12/18
・囲碁将棋サロン 13:00～17:00 小学生・初心者大歓迎	・にこにこⅡ 10:00～11:30	・スマホ相談室 (要予約)			・げんきde笑 10:00～11:00 定員25名(要予約)	・楽々ヨガ 17:30～18:30 参加費300円
12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24	12/25
・休館日 ・キレイにし隊(大掃除) 9:00～10:30	・はつらつ 介護予防講座 第7回 10:00～12:00	・栗木サロン 13:30～15:30 (株)SYCモデルルーム				・よりどりみどり 13:30～15:30 スマホ・パソコン相談
12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	1/1
・みんなで3B体操 10:00～11:30 参加費200円 ・囲碁将棋サロン 13:00～17:00 ・ささカフェ【休み】	・ケアラース・カフェ憩 13:30～15:00 ・1月げんきde笑 予約受付10:00～	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日
1/2	1/3	1/4	1/5	1/6	1/7	1/8
休館日	休館日	・お庭隊【休み】	・スマホ相談室 (要予約)	・かおるカフェ(無料) 13:30～15:30		・新春健康マージャン 13:30～17:00 定員16名 要予約
1/9	1/10	1/11	1/12	1/13	1/14	1/15
・成人の日 ・囲碁将棋サロン 13:00～17:00 小学生・初心者大歓迎	・にこにこⅡ 10:00～11:30 ・2月たけのこ茶屋 予約受付	・みんなで3B体操 10:00～11:30 参加費200円	・Enjoy親子英語 10:00～11:00 参加費300円 未就学児	・シニアライフ講座 13:30～15:30 定員30名 要予約 ・楽々ヨガ 17:30～18:30 参加費300円		
1/16	1/17	1/18	1/19	1/20	1/21	1/22
・休館日 ・キレイにし隊 9:00～10:00	・はつらつ 介護予防講座 第8回 10:00～12:00	・スマホ相談室 (要予約)	・げんきde笑 10:00～11:00 定員25名(要予約)		・よりどりみどり 13:30～15:30 スマホ・パソコン相談	
1/23	1/24	1/25	1/26	1/27	1/28	1/29
・みんなで3B体操 10:00～11:30 参加費200円 ・囲碁将棋サロン 13:00～17:00 ・ささカフェ 13:30～15:30 参加費200円	・ケアラース・カフェ憩 13:30～15:00 ・2月げんきde笑 予約受付10:00～	・栗木サロン 13:30～15:30 (株)SYCモデルルーム	・認知症講座 13:30～15:30 定員30名 要予約			
1/30	1/31	2/1	2/2	2/3	2/4	2/5
・囲碁将棋サロン 13:00～17:00 小学生・初心者大歓迎	・お庭隊 ※雨天中止 13:00～15:00 花・野菜を育てて交流	・スマホ相談室 (要予約)	・かおるカフェ(無料) 13:30～15:30		・たけのこ茶屋 13:30～15:30 定員20名(要予約) ゲスト「氷取沢高等学校 ボランティア部」 さん	

天候等都合により日程を変更・中止にすることがございます

会場・問合せ先 上笹下地域ケアプラザ ☎769-0240
[URL]http://www.kamisasage.com/

地域ケアプラザにご相談のため
来所される場合は事前にお電話を
お願いいたします

上笹下地域ケアプラザ広報

ふるさと 第63号

令和 3 年 12 月発行

(発行責任者: 根本ゆう子)

横浜市上笹下地域ケアプラザ

〒235-0043

横浜市磯子区氷取沢町 60-17

[TEL]045-769-0240

[FAX]045-769-0242

[URL]http://www.kamisasage.com/

お申込・問い合わせ
上笹下地域ケアプラザ
☎769-0240

シニアライフ講座 終活に役立つ法律知識

司法書士から学ぶ！
備えておきたい基礎知識

これからの生活に備えて、元気なうちに準備しましょう！
相続や遺言、成年後見制度について考えてみませんか？

● 日 時：令和3年12月11日(土) 13:30～15:30

「遺言、相続について」 講師：佐藤 茂樹 氏 瀧野 潤 氏

(神奈川県司法書士会横浜中支部)

● 日 時：令和4年1月15日(土) 13:30～15:30

「成年後見制度について」 講師：田中 弘毅 氏

(田中司法書士事務所)

● 定員：30名 ● 要申込 ● 参加費：無料 ● 持ち物：室内履き

※講座終了後、無料個別相談をお受けします(お一人様20分程度・要予約)

新春健康マージャン

● 日 時：令和4年1月8日(土)

13:00～17:00

● 参加費：無料・要申込

● 定 員：16名(先着順)

● 対 象：地域の方・麻雀経験者

● 持ち物：室内履き

※申込受付

令和3年12月7日(火)

10:00～

認知症講座

認知症の方を介護する
家族の話から考える

～忘れても心は生きてる認知症～

● 日 時：令和4年1月29日(土)

13:30～15:30

● 講 師：三橋 良博 氏

(認知症の人と家族の会神奈川県支部)

● 申 込：要申込 ● 参加費：無料

● 持ち物：室内履き

若年性アルツハイマー型認知症の奥様と
ご両親の介護を長年続けられた中で
時々の「想い」をお話して
いただきます

利用時の手指消毒・検温、マスク着用スリッパ
持参のご協力をお願いいたします

掲載内容につきましては、中止または変更になる場合がございますので
事前にお電話にてご確認をお願いいたします 上笹下地域ケアプラザ☎769-0240

事業報告

栗木サロン

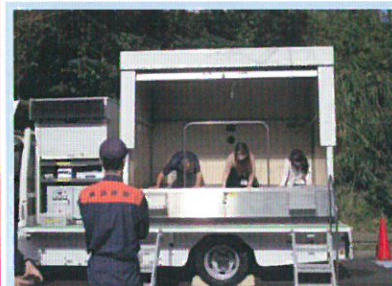


毎月第4水曜日にSYCモデルルームをお借りし、開催している「栗木サロン」です。10月は「クリスマスリース」をつくりました。和気あいあいとしたなか、思い思いの作品が仕上がりました
次回12月22日(水)はケアプラザの職員による「ミニ講座」の予定です



防災講座

10月8日ケアプラザにて磯子区消防署職員による「防災講座」を開催しました。屋外での体験や、室内では119番通報の裏側等の興味深く参考になるお話も伺えました



起震車・震度7強の揺れ体験



煙からの避難体験



上笹下地区に特化した災害講座

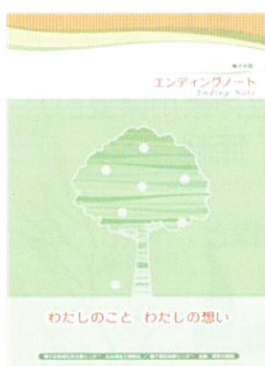


初期消火や避難、応急救護等の自主防災を心がけることや、地域ぐるみの防災体制を確立していくことが災害時の被害軽減につながることを改めて学びました

地域包括支援センターより

上笹下地域包括支援センターでは、「出張講座」をお受けしています。職員が地域のイベントや昼食会、サークル活動等へ出向いて「介護保険について」「介護予防講座」「認知症サポーター養成講座」「成年後見制度について」「エンディングノート書き方講座」等のミニ講座を実施いたします。内容についてはお気軽にご相談ください。お待ちしております! <Tel.769-0240>

「磯子区版エンディングノート」「もしも手帳」は、ケアプラザでも配布しています。ぜひご活用下さい



磯子区版
エンディングノート

毎月様々な事業を開催! ご参加お待ちしております ※裏面のカレンダーもご活用ください!

各事業チラシはホームページ (<http://www.kamisasage.com/>) から閲覧及びダウンロードできます

事業報告

たけのご茶屋

10月2日 さわの里小学校に通う、武井 友美ちゃん3年生と
穴倉 凪くん6年生がピアノ演奏を披露してくれました



友美ちゃんと凪くんのご家族による曲目紹介

子供たちが一生懸命練習して、難しい楽曲をとてもしょうずに弾いている姿に感動しました
心に響く音色に癒されたひとときでした

わくわくちびっ子ルーム 第2弾

10月22・29日
たくさん子どもたちがプラレールやブロック、
おままごとで楽しく遊びました



★ 参加のお申込みは ☎ 769-0240 お気軽にお電話下さい ★

〈交通機関〉お越しの際は公共交通機関をご利用下さい

- ・JR 洋光台駅より: 横浜市営バス 107 系統(上中里団地経由)
- ・京急上大岡駅より: 江ノ電バス(上中里団地経由)
- ・JR 磯子駅、京急杉田駅より: 横浜市営バス 293 系統

上記路線等のバスでお越しの際は、「上笹下地域ケアプラザ前」下車徒歩3分
※金沢文庫駅、京急富岡駅等からバスでお越しの際は「下ヶ谷」にて下車徒歩7分

〈開館時間〉9:00~21:00 ※日・祝日は17:00 閉館

〈休館日〉毎月第3月曜日及び年末年始(12/29~1/3)

新型コロナウイルス
感染症に伴い
閉館時間を変更する
場合がございます

