

芹が谷ケアプラザ団体紹介

真木彦絵画教室



毎回モチーフ（花・野菜など）を持ち寄り、水彩画教室を行っています。講師を招いて活動しているので、描き方を教わりながら学ぶことができます。経験者はもちろん、初心者の方も大歓迎です！

日 時	毎月第3土曜日 13:00~16:30
対 象	どなたでも
持 ち 物	体験される方は筆、絵の具 見学の方は特になし
参 加 費	1回 2500円（材料費込み）
申し込み	体験・見学大歓迎！直接、横浜市芹が谷地域ケアプラザにお越しください。



（車でのご来館はご遠慮ください）

ひまわりホルダー

「ひまわりホルダー」は、港南ひまわりプランに沿った地域ケアプラザの取り組みで、いざという時のお役立ちグッズです！申込後、交付されるホルダーを持ち歩くことでこんな時に安心です！



ひまわりホルダー見本

- ①外出先で緊急搬送された時。
 - ②認知症の方などが警察に保護された時。
- 病院や警察から地域ケアプラザに連絡が入り、身元や緊急連絡先、かかりつけ医などの情報を確認することができます。個人情報ホルダーに記載されないの安心です。港南区在住の65歳以上の方が対象エリアのケアプラザで登録できます。詳しくはお問合わせください。（登録費用¥300）

※「ひまわりホルダー」をお持ちの方へ

ご自身の誕生月が更新月となります。登録内容に変更がない場合でも、更新の連絡をお願いいたします。

芹が谷地域ケアプラザ職員紹介

はじめまして、保健師の飯岡彩香と申します。

病院や離島、海外での医療、訪問看護の経験をし、8月からケアプラザに勤務しています。

地域のことを知りながら、皆さんのお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願いいたします。



横浜市芹が谷地域ケアプラザ広報誌



せりきんつうしん

第93号 芹芹通信



横浜市港南区芹が谷 2-16-12 TEL045-828-5181 fax045-828-5182

ホームページアドレス <https://shinzen-fukushi.jp/serigaya/>

発行元 社会福祉法人親善福祉協会 横浜市芹が谷地域ケアプラザ

発行責任者 所長 長井 百合香 開館時間：月～土曜日 9～21時・日、祝日 9～17時

※施設点検日：毎月第4月曜日（相談窓口のみ9～17時開設）

秋のこどもリユース市

11月20日(水) 10:00～12:00

★出品者対象の内覧会は当日朝 9:30～10:00

子育ての先輩から後輩へ、「もったいない」を合言葉に、使わなくなった「モノ」を使いたい「ヒト」につなぐ催しです。

お子さまやお孫さんの使わなくなったおもちゃや洋服、本など、捨てるのはもったいないものを、使いたい方にお譲りしませんか？

対 象	どなたでも
持 ち 物	エコバッグ等（当日お持ち帰りの際使用します）
参 加 費	無料

持ち込み期間 11月13日(水)～18日(月) 各日9～16時

対 象 品 おもちゃ、ベビー・キッズの衣類や靴、園服、幼稚園グッズ・本等

※飲食物や口に含むもの(おしゃぶり等)ぬいぐるみ、自転車はご遠慮ください。

※引取り手のなかったモノは、必ずお持ち帰りください。

リユース品の持込み&お問合せは、地域活動交流まで TEL：828-5181

☆あそび場「たんぽぽ」同時開催！☆

『たんぽぽ』は小さなお子さまが安心して過ごせるみんなの居場所です。子育て&孫育ての情報交換の場所としてもご利用ください。

毎週水曜日 9:30～11:30に開催！

※お休みについては広報中面をご確認ください

芹が谷地域ケアプラザ事業予定表 10・11月

日	月	火	水	木	金	土	
訂正とお詫び前号で10/17～始まる「輝く明日を目指して」の曜日を火曜日と記載しましたが木曜日誤りです。訂正してお詫び申し上げます。		10月1日 団体優先予約 健康囲碁	2日 たんぼぼ いこい場	3日 ドレミファ 倶楽部	4日	5日 カフェ	
6日	7日	8日 ミドルリフレッシュ	9日 たんぼぼ ※スマホ育児と骨密度測定会	10日 虹の会	11日 レコード 喫茶	12日 カフェ	
13日	14日 体育の日	15日 「ほっ」と健康囲碁 ミドルリフレッシュ	16日 たんぼぼ いこい場	17日 輝く明日を目指して①	18日 エンディング ノート講座	19日 カフェ	
20日 芹が谷 ステーション	21日	22日 即位礼正殿 の儀	23日 たんぼぼ	24日 輝く明日を目指して②	25日 虹の会	26日 カフェ	
27日	28日 施設点検日 休館	29日 親子リトミック① 健康囲碁	30日 たんぼぼ	31日	11月1日 団体優先予約	2日 カフェ	
3日 文化の日	4日	5日 親子リトミック② 健康囲碁	6日 たんぼぼ いこい場	7日 輝く明日を目指して③	8日	9日 カフェ	
10日 虹の会	11日	12日 親子リトミック③ ミドルリフレッシュ	13日 たんぼぼ	14日 輝く明日を目指して④	15日	16日 カフェ	
17日 芹が谷 ステーション	18日	19日 親子リトミック④ 「ほっ」と健康囲碁	20日 たんぼぼ リユース市 いこい場 町のお医者さんと 語ろう	21日	22日	23日 勤労感謝の日	
24日	25日 施設点検日 休館	26日 ミドルリフレッシュ 虹の会	27日	28日	29日 レコード 喫茶	30日 カフェ	
12月1日 団体優先予約	パンの日(そよ風南の家)…人気の手作りパンです。売り切れ次第販売終了。 毎月第1・3水曜日11:50頃～12:30まで1階ホールで販売します。						

◆団体優先予約について◆

★優先予約解禁日:1日

来館受付 9時30分～

(9時～申込み順の抽選)

電話受付(仮予約) 10:30～

※毎月1日は、優先予約のみの受付になります。1日受付分の*1自由予約は翌日の2日に受付となります。*1自由予約とは、利用予定日から起算して30日前から予約が可能(回数制限無)

◆芹が谷ステーション◆

毎月第3日曜日 9:30～11:30

対象 概ね小学3年生まで

予約 不要 参加費 無料

親子で一緒にプラレールを繋いで遊ぼう!お母さんはもちろん、お父さんやおじいちゃんおばあちゃんと一緒にの参加もお待ちしております!

◆町のお医者さんと語ろう◆

毎月第3水曜日 13:30～14:45

予約 不要 参加費 無料

対象 どなたでも

講師 豊福深奈先生(豊福医院医師)
協力医の豊福先生を囲んでのざっくばらんな茶話会です※10月はお休み

◆介護者サロン「ほっ」と◆

毎月第3火曜日 10:30～12:00

予約 当日までにお電話にて申込み

参加費 無料

対象 当事者又は興味のある人

一人で抱え込まず、たまには思いを言葉にして「ほっ」と一息しませんか?

◆健康囲碁◆

毎月第1第3(第5)火曜日

12:00～17:00(終了時間不定)

予約 不要 参加費 無料

初心者歓迎。どなたでも、お一人でもご参加頂けます。お気軽にどうぞ

◆ドレミファ倶楽部(音楽&脳トレ)◆

毎月第1木曜日 10:00～11:30

事前又は当日、電話か来館にて申込み
参加費 500円/1回(初回無料)

※音楽療法を使った健康教室です。懐かしい話題あり、歌って笑って、楽しい時間を過ごしませんか?脳トレで認知症予防にも効果あり!ご興味のある方は一度ご体験ください。初回無料です!※11月はお休み

◆ミドルリフレッシュ◆

毎月第2第4火曜日 18:30～20:00

参加費 1500円/月

講師 中村幸貴氏(パリスティックトレーナーズ代表)
※ミドル世代からのしっかり運動講座。将来を見据えた体作りで、若々しく過ごしませんか?お仕事帰りでもOK!メタボが気になる方にもオススメです!※10月は8日と15日の開催になります

◆サタデーモーニングカフェ◆

毎週土曜日※除1日祝日 9:30～11:30

予約不要 参加費 50円

どなたでもご参加いただけます。時間内の入退室は自由ですので、お気軽にご参加ください。

※11/23お休みです

◆あそびば たんぼぼ◆

毎週水曜日 9:30～11:30

参加費 無料 対象 未就学児親子

※時間内の入退室は自由です。子どもを通じていろいろな発見をしましょう。おもちゃも用意してあります
※10/9は骨密度測定会 11/27休み

◆みんなのいこい場◆

毎月第1第3水曜日 11:00～14:00

予約不要 参加費(飲物代込)100円

どなたでも気軽にご利用いただけます。※時間内の入退室は自由です。食事の持込みもOK!みんなのいこい場スタッフがお待ちしております。

※11/20は13時までとなります。