

2月 のしちいカレンダー

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 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	2 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	3 げんきっこひろば 10:00~12:00	4
5	6	7 イージー体操 15:00~16:00	8	9 脳トレ スリー-A なすなの会 13:00~14:45	10 げんきっこひろば 10:00~12:00 認知症にならない方法 探究会 13:00~14:30	11
12	13 休館日 健康づくり体操 in 庄戸 10:00~11:30	14 野七里 PC 迷人会 10:00~12:00 イージー体操 15:00~16:00	15 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	16 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	17 げんきっこひろば 10:00~12:00 こころの相談会 13:00~15:00	18 行政書士相談 13:00~16:00
19	20	21 イージー体操 15:00~16:00	22	23 脳トレ スリー-A なすなの会 13:00~14:45	24 げんきっこひろば 10:00~12:00 介護者の集い 13:30~15:30	25
26	27 第4月曜日は ポッチャの日 10:00~12:00 健康づくり体操 in 上之町 13:30~15:00	28 野七里 PC 迷人会 10:00~12:00 イージー体操 15:00~16:00				

3月

日	月	火	水	木	金	土
			1 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	2 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	3 げんきっこひろば 10:00~12:00	4
5	6	7 イージー体操 15:00~16:00	8	9 脳トレ スリー-A なすなの会 13:00~14:45	10 げんきっこひろば 10:00~12:00 認知症にならない方法 探究会 13:00~14:30	11
12	13 休館日 健康づくり体操 in 庄戸 10:00~11:30	14 野七里 PC 迷人会 10:00~12:00 イージー体操 15:00~16:00	15 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	16 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	17 げんきっこひろば 10:00~12:00	18 行政書士相談 13:00~16:00
19	20 災害食を作ろう! 10:00~13:00 (於: 上郷地区センター)	21 イージー体操 15:00~16:00	22 そばかふえ 13:30~15:00	23 脳トレ スリー-A なすなの会 13:00~14:45	24 げんきっこひろば 10:00~12:00	25
26	27 第4月曜日は ポッチャの日 10:00~12:00 健康づくり体操 in 上之町 13:30~15:00	28 野七里 PC 迷人会 10:00~12:00 イージー体操 15:00~16:00	29 のしちり散歩 ~第10歩~ 10:00~13:00	30	31 げんきっこひろば 10:00~12:00	

城戸所長のひとりごと：さて、今回は何をボソボソしましょうか？遅くなりましたが、「今年も野七里ケアプラザを何卒、宜しくお願い致します。」その年始ですがケアプラザの掲示板や玄関ホールをご覧になって頂けたら？毎年、ケアプラザの新年を飾って下さる素晴らしい毛筆の挨拶があります。地域の方の御紹介でご縁を頂き、10年近く書のご協力頂いている方がおられて、職員一同、大変楽しみにしております。地域には、まだまだ素晴らしい才能をお持ちの方が沢山いらっしゃるはず。その、お力が地域の方の心を和ませてくださいます。誰かのありがとうや、楽しかったに繋がっていく事も多々あります。どうか、今年はお力を発揮しませんか？今年も楽しい出会いを楽しみにしております。



令和5年2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：城戸亜希子

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



早春



SAFE COMMUNITY
栄区連承認
2023.2
92号

ほっこいだよ！ 4月から夜間貸室利用方法が変更になります。

4月からケアプラザの夜間利用方法が変更になります。
月曜日～土曜日：事前予約の無い場合は9:00から18:00まで
但し、事前に予約がある場合には、夜間利用が可能です。
夜間利用の予約の受付は、優先予約以外は前月10日から。
締め切りは、優先予約の場合前月9日まで、その他は前月12日迄です。
日・祝日：9:00から17:00まで(変更ありません)
詳細につきましては、地域活動交流部門までお問い合わせ下さい。
尚、毎月第2月曜日は休館日となっております。



夜間利用変更について
横浜市ホームページより



「ワンコと一緒にみまもり隊」デビューします!



毎日の散歩が地域の見守りに役立ちます!

10月・11月・12月に『ワンコと一緒にみまもり隊』の3回講座を野七里地域ケアプラザと栄区役所生活衛生課の共催で行いました。
第1回は、獣医師の先生による「愛犬の健康について」。かかりやすい病気やチェックポイントを学びました。第2回の生活衛生課による「災害時のペット対策」では、防災拠点へ避難する時の為にハウスに慣れておくことが大事だと教わりました。第3回は「地域の見守りについて」。栄警察署生活安全課による防犯対策と包括職員による“ご近所見守りチェックリスト”について学びました。
講座終了後、見守り隊に登録した方に生活衛生課「わんわんマナーアップ&パトロール」からリード票と腕章を、ケアプラザからは「ワンコと一緒にみまもり隊」の隊員証をお渡ししました。
講座を受けられなかった方も随時登録を受け付けております。毎日の散歩が地域の見守りに繋がります。ぜひ、皆さんも参加しませんか。登録ご希望の方は☎890-5331 鈴木までご連絡下さい。

「もっと知って！成年後見制度」講座



「成年後見制度って聞いたことはあるけど、何か良くわからない」「制度を使うには、手続きが面倒くさそう」「自分には関係ないかな」そう思う方が多いと思います。

成年後見制度とは、認知症や知的精神の障がいなどで判断力が低下してまった方が安心して生活出来るように保護、支援する制度であり、法的に権限を与えられた後見人等がそういった方の意思を尊重して権利を守る制度です。

例えば財産管理が出来なくなってしまった。悪徳商法の被害にあってしまいそう。契約等が出来なくなってしまった方など、そういった方を後見人等が本人に代わり法律行為を行い守ってくれます。身寄りがなく将来が心配な方。悪徳商法の被害にあいそうな方。相続の手続きができない方…etc. こういった方々を守るのが「成年後見制度」です。

ただ、「そうは言っても何か難しそう」「後見人がついたら何か自分の好きなように財産管理が出来なくなってしまうのではないか」等、やっぱり成年後見制度が何だかわからないって方多いと思います。そんな皆さんにもっと成年後見制度を知って欲しいとの思いから、3月6日(月)13時30分～

「もっと知って！成年後見制度」講座を開催します
 専門の司法書士の先生を講師に招き、成年後見制度の基本から知ってもらえればと思います。制度を知る事でご自身のそして大切な人の「もしも」…に備える事が出来るかもしれません。

問い合わせは、野七里地域ケアプラザ(045-890-5331)井川まで連絡下さい。

講座名：「もっと知って！成年後見制度」
 日時：3月6日(月)13:30～15:30
 講師：清水健司氏(司法書士 横浜こころ法律事務所)
事前予約制、現在受付中！



ボランティアさん紹介！「野七里助っ人隊」

「あなたのお困りごと引き受けます！」

2011年11月、地域の高齢者や体の不自由な方達の困りごと支援ボランティアの会「野七里助っ人隊」を立ち上げました。



活動内容は、
 庭木の剪定・草取り
 網戸の張り替え
 障子の貼り替え
 電球の交換・水回り修理
 包丁研ぎ等々



設立以来10年、メンバーも年を重ねましたが、まだまだ若くて優しさ溢れる元気者の集まりです。色々なご要望をこなしているうちに自分達でも驚くほど様々な技術を習得しました。

次の代に繋がる仲間を**大募集中**です。

ご利用料等のお問い合わせ・連絡は、野七里地域ケアプラザまでお願いします。

☎ 045-890-5331(担当：鈴木)

春を感じて歩きましょう！のしちい散歩第10・11歩へのお誘い

第10歩
舞岡公園に
桜を見にいきましょう♪

日時：令和5年3月29日(水)
 予備日：3月31日(金)
 10:00～13:00
 定員：15名 参加費：無料
 持ち物：昼食・水分・雨具
 栄区役所スタートで、いたち川沿いを
 通り、舞岡公園でお花見をします。



第11歩(少し遠出編)

NHK大河ドラマ『鎌倉殿の13人』ゆかりの地を訪ねる
第1弾！『鎌倉幕府跡を巡る』
 日時：令和5年4月19日(水)/予備日：4月26日(水)
 10:00～12:30頃
 定員：10名 参加費：無料
 持ち物：水分・雨具
 集合：鎌倉駅西口時計塔広場
 若宮大路・鶴岡八幡宮・大倉幕府跡・法華堂跡・荏柄天神
 鎌倉殿の13人ゆかりの地を訪ねます。



3月11日より受付開始です！

大人気のお出かけ講座開催しました！



11月29日(火)、「のしちい散歩～第9歩～」は本郷ふじやま公園古民家歴史部会の神田氏の案内で、本郷ふじやま公園まででかけました。公園内の古民家では、同じく本郷ふじやま公園古民家歴史部会田代氏に古民家の説明をしていただき、先人たちの暮らしに触れる事ができました。公園を訪れたことがある方にも、新たな発見があった散歩になりました。



12月14日(水)は、「山野草とお花を楽しむ会～紅葉編～」でした。お天気にも恵まれ、見事な紅葉の中、お喋りを楽しみながら歩きました。参加された方からは「コロナの中、身も心も大解放！」「色々な場所で紅葉の色も違うし、青空だとしてもよかった。」「植物の詳しい説明を聞きながら楽しい山歩きでした」など、皆さん自然の中でリフレッシュされた様子でした。



庄戸小4年生の皆さんが認知症サポーターになりました！



11月24日(木)、今年も庄戸小学校にご協力いただき、4年生に向け認知症サポーター養成講座を行いました。これは、毎年11月に福祉教育として開催しているものですが、今年の4年生も、私達の話をよく聞いて、自分の意見をしっかりと発表できる皆さんでした。前半の認知症についての〇×クイズでは全問正解は少なかったですが、紙芝居や「野七里劇団」の寸劇を観た後、どう対応したら良いかグループで考えて貰った時には、積極的に手を挙げて正しい対応

方法を答えてくれました。庄戸小学校での講座では、みなさんの素直な意見に笑ったり、びっくりしたりの連続で、職員達は毎年楽しみにしています。今年は、50名以上のかわいいサポーターが誕生しました。

*「野七里劇団」は地域のキャラバンメイトさん達と包括職員が団員となり、毎年4年生の皆さんの前だけで公演していますが、年に1度だけにも関わらず、団員の演技力も年々高まって来ています。今年は、おばあさん役の包括職員が大人気でした。

