



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	2 イージー体操 15:00~16:00	3 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	4 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	5 げんきっこひろば 10:00~12:00	6
7	8 休館日 健康づくり体操 in 庄戸 10:00~11:30	9 野七里 PC 迷人会 10:00~12:00 イージー体操 15:00~16:00	10	11 脳トレ スリーA なすなの会 13:00~14:45	12 げんきっこひろば 10:00~12:00 編み編みの会 10:00~12:00 認知症にならない方法 探究会 13:00~14:30	13
14	15	16 イージー体操 15:00~16:00	17 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	18 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	19 げんきっこひろば 10:00~12:00	20 行政書士相談 13:00~16:00
21 のしちり歌広場 14:00~15:00	22 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	23 野七里 PC 迷人会 10:00~12:00 イージー体操 15:00~16:00	24	25 脳トレ スリーA なすなの会 13:00~14:45	26 げんきっこひろば 10:00~12:00 編み編みの会 10:00~12:00	27
28	29	30				



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 	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 編み編みの会 10:00~12:00 認知症にならない方法 探究会 13:00~14:30	11 春だ！クイズラリー でお花見ウォーク 10:30~15:00
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 山野草と お花を楽しむ会 10:00~13:30 頃 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	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 編み編みの会 10:00~12:00 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	30	31 げんきっこひろば 10:00~12:00	

横浜市野七里地域ケアプラザ



ほっこりだより

2024.4

春だ！クイズラリーでお花見ウォーク

共催：上郷地区センター・上郷矢沢コミュニティハウス
協力：翠風荘・野七里テラス・シャロンのばら会

今年も栄区オープンガーデンに併せて、クイズラリーを開催します。
上郷地区センターをスタートして各ポイントを巡りながらクイズに挑戦！
日時：5月11日(土) 10:30~15:00(小雨決行)

中止の場合上郷地区センターのホームページでお知らせします。

会場：上郷地区センターから野七里周辺

定員：小学生以上 50名(小学1・2年生は保護者同伴、3年生以上は2人以上のグループで参加)

4月1日より
申込受付開始！

おいでよ！げんきっこひろば

未就学児とその保護者の方達が、季節の行事を大切にしながら、ゆっくり・のんびり過ごす場としてオープンしています。申し込みは不要です。出入り自由で、お好きな時にお越し下さい。

日時：毎週金曜日
(年末年始と祝日はお休み) 10:00~
場所：野七里地域ケアプラザ



山野草とお花を楽しむ会

春の花を探しに
横浜自然観察の森へ行きましょう！

日時：5月15日(水) 予備日:5月17日(金)
10:00~13:00 頃

定員：15名
参加費：無料
持ち物：昼食・雨具・飲み物
4月1日より申込受付開始です。

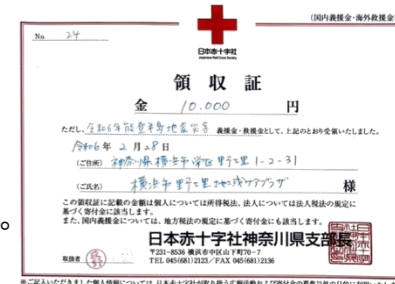
庄戸小4年生の皆さんがケアプラザについて調べてくれました

ケアプラザ見学をきっかけに、上郷東地区社協とつながった4年生のみなさんが、野七里地域ケアプラザと上郷東地区社協の事について調べてくれました。職員や地区社協の方達の話の聞いたり、自分達で調べたりして、大きな壁新聞を作ってくれました。どのグループの壁新聞も見ごたえのある力作ばかりです。スペースの関係で、縮小版で掲示したグループのみなさん、ごめんなさい。沢山の方達にみなさんの新聞を読んでいただく事ができました。



ありがとうございました！

皆様からお預かりいたしました能登半島地震災害義援金 10,000 円を、2月28日に栄区社会福祉協議会に届けて参りました。義援金は日本赤十字社神奈川県支部より被災地に届けられます。皆様の暖かいご支援に、心より御礼申し上げます。ありがとうございました。



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？
先日、会議がありまして雨の中をトボトボ歩いて行きました。正直なところ結構な雨でしたから行きたくないなあなんて思ったりして。。ですが、到着して辺りを見回したら、ほとんどの地域の方は徒歩で来ていました。何だか歩きながら思っていた後ろ向きの気持ちに自分が恥ずかしくなりました。案外、自分中心で考えてしまった事は視点を変えたらなんでもない事だったりしますね。視点を変えるって難しいけれど時には大切な事だと思います。まずは深呼吸ですよ！



令和6年4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/>

レコード鑑賞会ザ・ドーナツ

「眠っているレコードありませんか？」というチラシから約300枚のレコードをご寄付頂きありがとうございました。現在7名のボランティアで、レコード音楽をお届けしています。第1回「jazzを中心に」、第2回『『冬』をテーマに』、第3回「気軽にクラシック」をお届けしました。令和6年度もまた、季節ごとの開催を予定しています。お楽しみに！

懐かしいレコード音楽と美味しいコーヒーを準備してお待ちしています。



音楽おとどけ隊 ザ・ドーナツ
出張お届け隊も行っています。サロンやシニア会に訪問し音楽をお届けします。茶話会などのBGMにいかがでしょうか？

ワンコと一緒にみまもり隊

『毎日の犬の散歩が地域の見守りにつながっています！』を合言葉に小さな見守り活動を行っています。2月25日には中澤先生の『わんちゃんのデンタルケア』と包括職員竹衛氏の『散歩と見守り』の講座を行いました。人と犬の口腔環境の違いや歯磨きの大切さを実感した内容でした。「わんちゃんの為の散歩ですが、それが見守りにつながっていることを知りました。」「散歩で会う人とよく会話をします。犬がいなければ私も閉じこもっていたと思う。2・3日見ないと皆、気にしたりするので散歩はいいなと思う」などの感想がありました。このような小さな見守り活動を広めて行きたいと思っています。

新メンバーの紹介わん



お世話になりました!



この度、都合により3月末で退職する事になりました。私にとって、地域の皆様や事業所、団体の方々と過ごした時間は本当に貴重な時間であり、感謝の気持ちでいっぱいです。

この地域で経験した事、学んだ事をこれからの人生に活かして行けるよう、精一杯頑張っていければと思っております。本当にありがとうございました。お元気で。

地域包括支援センター 主任ケアマネジャー 竹衛 宗彦



自主事業 『編み編みの会』

毎月 第2・4 金曜日 10時~12時 開催

たくさん編みました♪



『編み編みの会』では、昨年9月から『認知症マフ』を編み始めました。毛糸はチラシやホームページ等で「眠っている毛糸ありませんか」と呼びかけた所、たくさんの毛糸の寄付がありました。メンバー15人で月に2回、おしゃべりしながら編みはじめ、現在まで40以上のたくさんの認知症マフが完成しました。

マフ一つ一つに編む方の個性が溢れ、使って下さる方を思い浮かべながら楽しく編んでいます。



地域の施設にプレゼントしました!

お花のモチーフがついたマフ。ゴルフ好きの方にグリーンをイメージしたマフ。動物好きの方に犬の形やウサギのマスコットが付いたマフ。等..

認知症マフとは?

ふんわりほっこり筒状のニット。内側にリボンやボタンなどアクセサリが縫い付けられています。

認知症の人が触ることで安心感が得られるそうです。

グループホームやデイサービスで使って頂いている施設から感想を頂きました。

トイレが頻回だった方が落ち着いて座っている時間が増え、スタッフも助かっています。○触りながら昔話をしたり、落ち着いた様子 等



現在、マフ以外にも施設より御依頼のあった膝掛けを編み始めています。編んで欲しい物がありましたら承ります♪認知症マフ、ご希望の施設は野七里地域ケアプラザ 地域交流事業迄 ご連絡ください♪



貸室利用団体からのお知らせ

新規メンバーを募集しているグループを紹介します。

“緑栄塾” (正式名称：荒井沢緑栄塾楽農とんぼの会)

栄区の市民が農作を楽しむために作られた援農サークル。

求む!! 農作業を楽しむ人!

荒井沢の山の中に600坪の畑と40人の仲間。

ソバ・小麦・西瓜・里芋・大根など50種類の作物。

落葉堆肥で限りなく無農薬で栽培した作物を会員に頒布。

男女・年齢・経験不問で農機具は会で全て準備。

週1回日曜日の午前中+αの活動で美しい畑が。

月会費300円 入会金2,000円+保険料。

ブログ検索「緑栄塾」で会の事が詳しくわかります。

問合せ：ryokueijuku@gmail.com

http://ryokueijuku.jellybean.jp/

