



つうしん 5月号 (119号)



地域の皆様に支えられて、2014年5月12日に産声を上げました。多くのご来館者が大切に活用くださり、おかげさまで10周年を迎えることができました。心よりお礼申し上げます。
ケアプラザとコミュニティハウスが一体となった施設で、安全にのびのびと活動するためのアイデアを地域や団体の皆様からいただき、館内や周辺的环境整備にお力添えいただきながら日々開館しております。今後も笑顔が交わせるケアプラザ・コミュニティハウスを目指してまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

横浜市新羽地域ケアプラザ・コミュニティハウス
所長 水村 志津子

★感謝の気持ちを込めて、この10年を振り返る「思い出の写真」をエントランスに展示していきます。ホームページや公式LINE、フェイスブックのフォローを通じて、企画や歩みを知っていただければ幸いです。



予告 けんこう お口の元気アップ講座 カフェで楽しく健口 with ミュージック♪

けんこう 健口アップの基本を歯科衛生士や音楽家を含む可愛い3人組が楽しく教えてくれます。お口の状態が良くないと脳梗塞、心筋梗塞、認知症、肺炎等の病気になりやすくなることが知られるようになり、今やお口の健康は全身の健康の基本となっています。音楽と一緒に楽しみながらお口の健康アップを目指しましょう！

日時：6月11日(火) 14:00~15:00
場所：イタリアンカフェ カラフル(新羽町1697-1)
講師：歯科衛生士 笹井理恵氏(リリアンヌ)
参加費：飲み物代(ワンドリンク制 1杯 400~500円程度)
定員：先着20名 申込み：5月23日(木)~



予告 行政書士による無料相談会

● ● ● 遺言・相続・後見制度などについて相談できます。 ● ● ●

日時：6月6日(木) 10:00~12:00

場所：新羽地域ケアプラザ

相談時間：各30分(右記①~④から、お選びください)

申込み：電話 542-7216 又は来館(先着順)
地域包括支援センター 武田・小笹

①	10:00~10:30
②	10:30~11:00
③	11:00~11:30
④	11:30~12:00



**みどりの輪きたにっば
お花見 3/30(土)**

報告

ぎょうざを作ろう! 4/7(日)



3月の天候不順で残念ながら光明寺の桜も開花せず、つぼみを眺めての開催になりましたが、音楽療法士の中川ともゆきさんのギターにあわせて、春の歌をみんなで気持ちよく歌いました。地域の方に加えて、近隣の高齢者施設からも、ご家族と一緒に楽しんでくださっていて、中には久しぶりに地域のお知り合いと会うことができうれしそうにされている光景も見られました。



※「みどりの輪きたにっば」とは北新羽町内会エリアで高齢者の社会参加や生活支援について考える会です。

ひっとプラン住民交流部会主催によるぎょうざ作り交流会が開催され、小学生を含む7名が参加してくれました。初めて包丁を使う子もいる中、今回は玉ねぎ入りでいつもと一味違う手作り餃子にチャレンジ。刻んだり包んだり大奮闘しながら、最後は焼きたてを食べて大満足の交流会となりました。



どなたでも! お気軽に参加できるプログラム

新羽・北新横浜の未就学児・子育てサロン

たんぽぽにっば

対象: 1歳くらい~ 各回 12組 24名
日時: 毎月第2・4火曜日
10:00~11:00/13:00~14:00
5/14・28 ※5月は両日とも午前はオハナ保育園の先生の話
6/11・25

たんぽぽきたにっば

対象: 6ヶ月~
日時: 毎月第3月曜日 10:00~11:30
5/20・6/17
場所: 北新羽会館

子育て支援者会場

対象: 未就学児とその保護者 12名程度
日時: 毎週水曜日 10:00~12:00※祝祭日除く
場所: 新羽コミュニティハウス2F プレイルーム

カフェ・ド・らんらん

美味しいコーヒーを淹れてお待ちしています。
毎月6日 13:00~14:30
5/6(月祝) フルート演奏
6/6(木) ギター演奏
コーヒー・紅茶 150円

にっばラジオ隊

毎月第2・4土曜日
9:30~9:50 ※雨天中止
5/11・25 新羽丘陵公園
インターロッキング広場
※5月は体操のあとモルックも!
6/8・22 新田緑道
川崎信用金庫反対側入ってすぐ

スリーAにっば

笑って楽しく脳を活性化!
毎月第2月曜日
10:00~11:00
5/13、6/10
参加費 100円

**ハンサム
ポールウォーキング**

毎月第3土曜日 9:30
新羽地域ケアプラザ集合
5/18 関内駅→中華街→港の見える丘公園→山下公園
6/15 せせらぎ緑道・古民家→センター南
※ボールレンタル有
※雨天時中止

地域食堂 ダイニング28

こどももおとなも、みんなで一緒に食べよう
5/28(火) 18:00~20:00
小・中学生 100円、大人 300円

オレンジカフェ

参加費 50円
認知症や介護について不安のある方はもちろん、今のうちから知っておきたいなという方も、お茶を飲みながら気楽におしゃべりしましょう。 5/21、6/18(毎月第3火曜日) 13:30~14:30

**介護のご相談、事業のお問合せ・お申込みは・・・
横浜市新羽地域ケアプラザ・コミュニティハウス**

〒223-0057 横浜市港北区新羽町1240-1
TEL: 045-542-7207(代表) 045-542-7216(相談)
FAX: 045-531-7011
※毎月第4月曜日と年末年始(12月29日~1月3日)

**今月の休館日
5/27(月)**

〈交通案内〉
◆市営地下鉄「新羽駅」徒歩2分
◆市営バス41系統、東急バス綱72・74系統「新羽駅」下車徒歩2分
※駐輪場がございません。駐車場は台数に限りがございます。

【ホームページ】 【フェイスブック】 【LINE】



**公式LINE登録
お願いします!**