

ひらど通信

ひらど版

2023年3月号<第269号>

発行 横浜市平戸地域ケアプラザ
住所 横浜市戸塚区平戸2-33-57
TEL 045-825-3462
<http://www.hiruda.or.jp>

ボランティア
グループ

平戸一寸ほうし



～お困りごとのお手伝いをします～

「業者に頼むほどではないんだけど・・・自分では、ね・・・」とお考えのあなた！
「平戸一寸ほうし」に頼んでみませんか？

例えば
こんなこと

- 庭木の手入れ
- 草むしり
- ペンキ塗り



- 高いところの掃除
- 電球などの取替え
- 室内清掃
- 障子張替
- 網戸修理等

- 家具の地震対策
(つっぱり棒、金具固定)
- 大きな家具の移動
- 粗大ゴミなどの
搬出のお手伝い



【対象者】 高齢者世帯、障がい者世帯、母子家庭 他

【活動エリア】 主に平戸町・平戸1～5丁目

《受付から作業完了までの流れ》

申込み先：平戸地域ケアプラザ
↓
平戸一寸ほうし
↓
ご依頼者様に連絡
↓
ご依頼者様へ訪問（下見）
↓
作業

※受付してから活動までにお時間をいただくことがあります。

※依頼内容によっては受けられない場合もあります。

※活動のための購入品などの実費はいただきます。

※賛助金か自由額の寄付金をお受けしています。

(賛助金は平戸一寸ほうしの活動費・道具のメンテナンス代等に使用させていただいています。)

平戸一寸ほうし(ボランティアグループ)

地域で支えるをモットーに、地域の困りごとを無理なく楽しく健康的に活動しているボランティアグループです。

【連絡先】 横浜市平戸地域ケアプラザ 担当：小川(おがわ)、坂元(さかもと)

電話：045-825-3462 FAX：045-825-3464

②

平戸地区からこんにちは！

平戸地区社会福祉協議会



平戸ウォーク

第2弾！《東戸塚北部史跡編》

11月23日(雨天により中止)の代替として

2023年 3月 26日 (日)

9:45集合 10:00~12:00(雨天中止)

集合場所:平戸小学校正門前

解散場所:境木地蔵尊

コース:平戸小~品濃一里塚~萩原代官屋敷跡~
境木立場跡~境木地蔵尊



事前予約・申し込み不要です

前回お配りした参加票をお持ちの方は裏面を記入してお持ちください。
参加票をお持ちでない方は受付でお配りします。

主催:平戸地区連合町内会・平戸地区社会福祉協議会

詳細は、自治会・町内会へ
お問い合わせください。



気軽なサロン開催のお知らせ

【日時】 4月15日(土) 13時30分~14時30分

【場所】 横浜市平戸地域ケアプラザ 多目的ホール

【内容】 ハーモニカ演奏を楽しみましょう

【対象】 おおむね65歳以上の方

【定員】 15名(応募者多数の場合は抽選)

【参加費】 100円

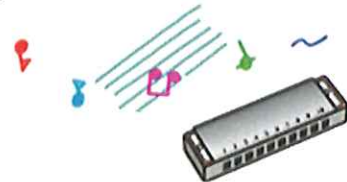
【持ち物】 くつを入れる袋

【申込先】 横浜市平戸地域ケアプラザ 生活支援体制整備事業

【申込方法】 電話でお申し込みください。TEL:045-825-3462

【申込期間】 4月8日(土)17時まで

*抽選に外れた方のみ4月9日(日)~4月12日(水)の間に連絡致します。



②

平戸平和台地区からこんにちは！

平戸平和台地区社会福祉協議会

お一人暮らしの方(75歳以上)を対象にした

「食事会」開催のご案内

【日 時】 **令和5年5月13日(土) 11時~12時**

【会 場】 平戸平和台連合町内会館

【対 象】 一人暮らし(75歳以上)の方、町内会館に来場出来る方

【定 員】 50名(応募者多数の場合は役員で抽選)

※抽選に漏れた方は事前に連絡します。

【内 容】 お楽しみ、お持ち帰りのお弁当

【参加費】 無 料

【申 込】 ①担当の民生委員・児童委員まで

②電話 045-822-9000(松本まで)

【締切日】 4月15日(土)まで

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止(延期)
または開催方法を変更する場合があります。

デジタル支援の会

第3回無料相談会のご案内

日時:3月25日(土)

11時~13時

場所:平戸平和台連合町内会館

気軽なサロン開催のお知らせ

【日 時】 4月15日(土) 13時30分~14時30分

【場 所】 横浜市平戸地域ケアプラザ 多目的ホール

【内 容】 ハーモニカ演奏を楽しみましょう

【対 象】 おおむね65歳以上の方

【定 員】 15名(応募者多数の場合は抽選)

【参加費】 100円

【持ち物】 くつを入れる袋

【申込先】 横浜市平戸地域ケアプラザ 生活支援体制整備事業

【申込方法】 電話でお申し込みください。TEL:045-825-3462

【申込期間】 4月8日(土)17時まで

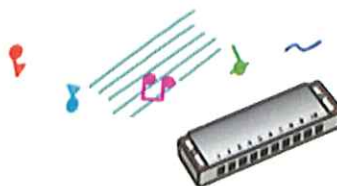
※抽選に外れた方のみ4月9日(日)~4月12日(水)の間に連絡致します。

ご参加にあたっては、新型コロナウイルス感染症拡大防止に向けた対応へのご理解・ご協力をお願い致します。

※発熱、咳、鼻水などの呼吸器症状や体調不良がある場合は、来館をご遠慮下さい。

※マスクを着用の上ご来館下さい。※検温・手指消毒にご協力下さい。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の取り組みに伴い、中止・延期になる場合があります。



ケアプラザで パパと子どもと一緒に遊ぼう♪



日時: 3月19日(日) 10時~12時 (出入り自由)

場所: 横浜市平戸地域ケアプラザ 多目的ホール

対象: パパとお子様(0歳~未就園児)

内容: つりあそび工作(紙でさかなや竿を作ります)

申込み: 不要です。当日時間内にご来館ください。

問合せ: 横浜市平戸地域ケアプラザ 地域活動交流
電話 045(825)3462



参加費
無料



ご参加にあたっては、新型コロナウイルス感染症拡大防止に向けた対応へのご理解・ご協力をお願い致します。
※発熱(37.5度以上)、咳、鼻水などの呼吸器症状や体調不良がある場合は、参加をご遠慮下さい。
※マスクを着用の上ご参加下さい。※検温・手指消毒にご協力下さい。
新型コロナウイルス感染症拡大防止の取り組みに伴い、中止・延期になる場合があります。



親子の遊び場 かたつむり



日時: 4月21日(金) 10時~11時30分

場所: 平戸第2公園(電電戸塚団地自治会館前)

対象: 1歳~3歳児と保護者

内容: 公園あそび・絵本の読み聞かせ

※雨天の場合は電電戸塚団地自治会館で絵本の読み聞かせを行います。おもちゃでも遊べます。

(電電戸塚団地自治会館: 戸塚区平戸 5-29-5)

参加費: 無料

申込み: 不要です。直接おこしください。

問合せ: 横浜市平戸地域ケアプラザ 地域活動交流
電話 045(825)3462

にじいろ絵本箱
の出演です。



④

ケアプラザカレンダー3月

日	月	火	水	木	金	土
※さくらんぼ 開始時間が10時~に変更になっています。			1	2	3	4
5 タオル体操 (13時30分~ 14時30分) (事前申込制)	6	7 さくらんぼ (10時~11時15分)	8	9 平戸っこ (10時15分~ 11時30分)	10	11
12	13	14 さくらんぼ (10時~11時15分)	15	16	17 親子の遊び場 かたつむり (10時~11時15分) (事前申込制) あったまり場 (15時~16時30分)	18
19 パパと子どもと一緒 に遊ぼう (10時~12時)	20 休館日	21 春分の日	22	23 平戸っこ (10時15分~ 11時30分)	24	25
26	27	28 さくらんぼ (10時~11時15分)	29	30	31	

【平戸っこ】第2・4木曜日

0歳児~就園前の幼児とお母さん・お父さんを対象にケアプラザにある遊具で遊びます。

(上限組数：10組程度)



【さくらんぼ】毎週火曜日

(上限組数：10組程度)



火曜日に開催される乳幼児とママとパパが集うフリースペース。

(横浜市から派遣された子育て支援者が相談をうけます)

※開催については、戸塚区役所ホームページをご確認ください。

【親子の遊び場 かたつむり】

第3金曜日

「人形劇」

(人形劇サークル めるへん)

場所：電電戸塚団地自治会館

平戸地区保健活動推進委員会と共催で行っています。1歳~3歳くらいの幼児と親の交流の場。

(事前申込制)



【あったまり場】

第3金曜日

心の病を抱える人の憩いの場です。

- 誰かと話をしたい方
- 家に閉じこもり気味な方

【気軽なサロン】

第3土曜日

概ね65歳以上の方を対象とした交流会です。

3月はお休みです。

おやこのひろば3月はお休みです。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止の取り組みに伴い、掲載中の事業等が中止・延期になる場合があります。電話にて事前にお問い合わせください。

ご利用にあたっては、新型コロナウイルス感染症拡大防止に向けた対応へのご理解・ご協力をお願い致します。

※発熱、咳、鼻水などの呼吸器症状や体調不良がある場合は、来館はご遠慮下さい。

※マスクを着用の上ご来館下さい。※手指消毒にご協力下さい。

Wi-Fi 設置について

貸館利用時に、Wi-Fi を利用できます。利用希望の方は貸館利用時にお申し出ください。