

ひらど通信

ひらど版

2023年5月号<第271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>

参加費
無 料

ベビーマッサージ

- 【日 時】 6月25日(日) 10時~11時
- 【場 所】 横浜市平戸地域ケアプラザ 多目的ホール
- 【対 象】 0歳~1歳半児と保護者
- 【内 容】 ベビーマッサージ(マッサージオイルを使った全身のマッサージ)
- 【講 師】 村木 雄一氏
(日本アタッチメント育児協会ベビーマッサージインストラクター)
- 【持ち物】 バスタオル(2枚)・おむつ等各自必要なもの
おねしょシートまたは小さめのレジャーシート
(マッサージの時に下に敷きます)
- 【定 員】 8組(応募者多数の場合抽選)
- 【問合せ】 横浜市平戸地域ケアプラザ 地域活動交流
- 【申込み】 電話 045(825)3462
- 【締 切】 6月5日(月)まで
※抽選に外れた方は6月7日(水)までに通知します。



こころの健康福祉ネットワーク事業のご案内

横浜市平戸地域ケアプラザでは、地域住民の方を対象に、精神保健福祉やメンタルヘルスに関する普及啓発を目的とした講座を開催します。

また、心の病を抱える方の憩いの場として「あったまり場」を運営します。

■精神障害の理解に関する講座 11月開催予定

■メンタルヘルスに関する講座 2月(2024年)開催予定

※詳細は「ひらど通信」及び横浜市平戸地域ケアプラザのホームページで案内します。

■あったまり場 毎月第3金曜日 15時~16時30分
ボランティアコーナー

※ボランティアさんと一緒におしゃべりしたり、のんびりと過ごすことができます。
楽しい工作、体操、などを行う時もあります。気軽にお越しください。



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

②

平戸地区からこんにちは！

平戸地区社会福祉協議会 今月は交通安全協会から

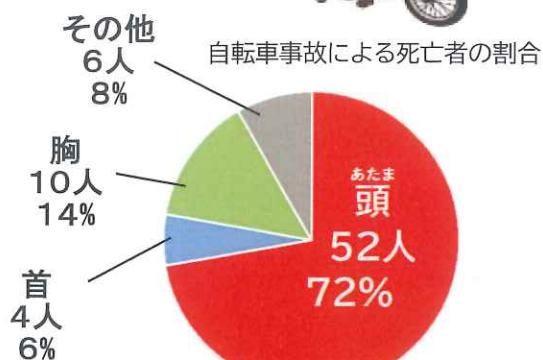
自転車を利用する全ての人に対する ヘルメット着用 努力義務化！！

2023年4月1日から自転車に乗るときは、ヘルメットの着用が**努力義務**となります。
過去5年の自転車に乗車中に亡くなった人の約7割の方が頭部への致命傷です。
交通事故の被害を軽減するために頭部を守ることが重要です。
万が一の事故に備え子供、大人共ヘルメットを着用しましょう。



ヘルメット着用時の注意点

- ★ 安全性の基準を満たすものを着用しましょう
- ★ 自分の頭のサイズに合ったものを選びましょう
- ★ 正しく着用しましょう
 - ・正しい角度で着用する
 - ・あごひもをきちんと締める
 - ・あごとあごひもの間に指一本が入るほどの遊びを残しましょう



神奈川県警察 ホームページより

気軽なサロン開催のお知らせ

【日 時】 6月17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】 オリジナルミニ消臭剤づくり

【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

【申込み先】 横浜市平戸地域ケアプラザ

【申込方法】 電話 045-825-3462

【申込期間】 6月10日(土)17時まで

*抽選に外れた方のみ 6月11日(日)～6月14日(水)の間に連絡致します。

【お問い合わせ】 横浜市平戸地域ケアプラザ 生活支援体制整備事業

電話 045-825-3462

みんなで「ミニ消臭剤」
を作しましょう！



③

親子の遊び場

令和5年度「かたつむり」開催日お楽しみ予定



公園遊びや季節の行事、おもちゃ遊び、手遊び、他を一緒に楽しみませんか。

月 日 (曜 日)	行 事 予 定	開 催 場 所
2023 年 4 月 21 日 (金)	「公園遊び・絵本の読み聞かせ」	平戸第二公園 (雨天時) 電電戸塚団地自治会館
5 月 19 日 (金)	「公園遊び・手遊びをしよう!」	平戸第二公園 (雨天時) 電電戸塚団地自治会館
6 月 16 日 (金)	「人形劇」	電電戸塚団地自治会館
7 月 21 日 (金)	「公園遊び・水遊び」	平戸第二公園 (雨天中止)
8 月 25 日 (金)	「公園遊び・水遊び」	平戸第二公園 (雨天中止)
9 月 15 日 (金)	「リトミック」	電電戸塚団地自治会館
10 月 20 日 (金)	「公園遊び・スタンプラリー」	平戸第二公園 (雨天中止)
11 月 17 日 (金)	「みかん狩り」	岩崎果樹園 (雨天中止)
12 月 15 日 (金)	「クリスマス会」	電電戸塚団地自治会館
2024 年 1 月 19 日 (金)	「保健師さんからのお話」	電電戸塚団地自治会館
2 月 16 日 (金)	「おもちゃ遊び・手遊びをしよう」	電電戸塚団地自治会館
3 月 15 日 (金)	「人形劇」	電電戸塚団地自治会館

(注)行事予定は、事前連絡なく変更されることがあります。



【対象者】1歳～3歳児と保護者

【開催時間】10:00～11:30

【申 込】不要(9月・11月・12月は要申込)

【開催場所】

平戸第二公園(電電戸塚団地自治会館前)

電電戸塚団地自治会館(住所:戸塚区平戸5-29-5)

岩崎果樹園(住所:戸塚区平戸 5418)

【参加費】
無 料【気象情報による開催中止決定基準
についてのお知らせ】

横浜气象台により、気象警報(大雨・洪水・大雪・暴風・暴風雪)と大雪注意報が8時の時点で発令されている時は開催を中止させていただきます。なお、その後警報解除となった場合でも再開及び振替開催は行いません。

【お問合せ・申込先・開催の確認】

横浜市平戸地域ケアプラザ
主催:平戸地区保健活動推進委員会

TEL:045-825-3462
共催:横浜市平戸地域ケアプラザ

ケアプラザカレンダー5月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 さくらんぼ (10時～11時30分)	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6
7	8	9 さくらんぼ (10時～11時30分)	10	11 平戸っこ (10時～11時30分)	12	13
14	15 休館日	16 さくらんぼ (10時～11時30分)	17	18	19 親子の遊び場 かたつむり (10時～11時30分) あったまり場 (15時～16時30分)	20 気軽なサロン (13時30分～ 14時30分) 「あそびうた」 (事前申込制)
21 とつかパパ楽の会 (10時～11時30分) 三王山公園 雨天:平戸地域 ケアプラザ	22	23 さくらんぼ (10時～11時30分)	24	25 平戸っこ (10時～11時30分)	26	27
28	29	30 さくらんぼ (10時～11時30分)	31			

※平戸っこ 開始時間が10時～に変更になっています。

【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)



【親子の遊び場 かたつむり】

第3金曜日(申込不要)

「公園遊び・手遊び」

☆とつとの芽のスタッフと一緒に遊ぼう!

場所:平戸第2公園

※雨天時: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。



【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

【さくらんぼ】

毎週火曜日



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受けます)

※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。

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。

【気軽なサロン】

第3土曜日

『あそびうた』

概ね65歳以上の方を対象とした交流会です

(事前申込制)

(定員15名・

参加費100円)

