

# ひらど通信

ひらど版

2024年3月号<第281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>

## 傾聴入門講座

「傾聴」とは相手の立場に立って相手の話を否定せず、共感し受け止めながら話を聞くことです。豊かな人間関係を築き「こころに寄り添う」聴き方を学びましょう！

- 【日時】2024年4月25日(木) 13時30分～15時30分  
【場所】横浜市平戸地域ケアプラザ 多目的ホール  
【講師】大沼 二三子氏(ボランティアグループ「傾聴みなみ」会長)  
【対象】傾聴に興味のある方  
ボランティア活動をされている方。これから始められる方  
【定員】15名 【参加費】無料  
【申込】電話(045-825-3462)で申込みください(地域活動・交流)  
【締切】4月11日(木)17時まで  
※抽選に外れた方は4月13日(土)までに通知します。

ボランティアグループ「傾聴みなみ」  
平成21年、横浜市南区社会福祉協議会主催の「傾聴ボランティア養成講座」の受講生で結成。  
現在会員36名。高齢者福祉施設(デイサービス・老人ホーム等)や個人宅を訪問し「ことば」に耳を傾け聴き、心の支えを行っています。

## 横浜市立平戸小学校 5年2組 より 「特殊詐欺撲滅かるた」が寄贈されました

平戸小学校5年2組の児童たちが高齢者の特殊詐欺被害防止の対策として、総合学習の授業で「特殊詐欺撲滅かるた」を作成しました。そのかるたを平戸地域ケアプラザに5セット寄贈してくださいました。ありがとうございました。大切に使用させていただきます。

### 「特殊詐欺撲滅かるた」の貸出について

対象：地域で福祉・保健や健康増進等の活動を行う団体  
期間：1週間(1団体1セットです。)  
申込方法：電話でお申込ください  
045-825-3462  
問合せ：横浜市平戸地域ケアプラザ  
地域活動・交流(9時～17時)

### 「特殊詐欺撲滅かるた」の作品掲示について

期間：2/25(日)～5/31(金)  
時間：9時～17時  
場所：平戸地域ケアプラザ  
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

②

# 平戸地区からこんにちは！

平戸地区社会福祉協議会

## 小学生も特殊詐欺防止に一役！

平戸小学校の5年2組の皆さんが、総合学習で特殊詐欺のことを取り上げ、学習してきました。お年寄りが被害にあわないようするため、東戸塚駅前でチラシを配ったり、パトカーに乗車して自分たちの言葉で被害にあわないように呼び掛けをしています。また、お年寄りのためにと『かるた』を作成しました。

1月26日に平戸小学校でその披露会があり、地域のお年寄りとかるた大会を開催しました。その日は戸塚警察署長やマスコミ（共同通信社、神奈川新聞社、タウンニュースなど）も来校して、小学生の柔軟な発想を讃えていました。

ろ「ろう人を 狙ってくるよ 詐欺師はね」

る「るす電を 設定すると 被害へる」

れ「れい静に 一旦相談 警察に」

などの読み札と絵札をそれぞれ作成して、平戸地域ケアプラザに5セット贈呈されました。



ろ  
う人を  
狙ってくるよ  
詐欺師はね

る  
す電を  
設定すると  
被害へる

れ  
い静に  
一旦相談  
警察に

あ  
いことば  
家族で決めて  
おきましょう



### 気軽なサロン開催のお知らせ

【日 時】4/20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・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

【申込方法】電話でお申し込みください。

TEL:045-825-3462

【申込締切】4/9(火)17時まで

\*抽選に外れた方のみ4/10(水)~4/12(金)  
の間に連絡致します。

~楽器の生演奏で♪歌おう♪~

### 歌声サロン



音楽サークル(ひまわり)の皆さんの楽器(ギター・ハーモニカ等)の生演奏に合わせて童謡・唱歌などを皆さんと一緒に歌いましょう♪

日 時:4/26(金)・5/24(金)・6/28(金)  
14時~15時

会 場:地域交流拠点 にこにこハウス  
(戸塚区平戸 2-33-19)

【対 象】おおむね65歳以上の方

【定 員】12名(応募者多数の場合は抽選)

【申込方法】電話にて申込み(045-825-3462)

【締め切り】4/14(日)

※抽選に外れた方のみ4/15(月)~4/16(火)  
の間に連絡致します。

【参加費】無料 【持ち物】飲み物

【お問合せ】横浜市平戸地域ケアプラザ

TEL:045-825-3462

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6年5月11日(土) 11時~13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】 イベント(お楽しみ) 食事会

【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20日(土)まで

**3/23(土)**

デジタル支援の会の「無料  
相談会」を11時~13時に  
開催します。

**3/23(土) 映画鑑賞会**

14:00~16:00

「キューポラのある街」

(吉永小百合 主演)

## 気軽なサロン開催のお知らせ

【日 時】 **4/20(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・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

【申込方法】電話でお申し込みください。

TEL:045-825-3462

【申込締切】 4/9(火)17時まで

\*抽選に外れた方のみ4/10(水)~4/12(金)  
の間に連絡致します。

~楽器の生演奏で♪歌おう♪~

## 歌声サロン

音楽サークル(ひまわり)の皆さんの楽器  
(ギター・ハーモニカ等)の生演奏に合わせて  
童謡・唱歌などを皆さんと一緒に歌いま  
しょう♪

**日 時:4/26(金)・5/24(金)・6/28(金)  
14時~15時**

会 場:地域交流拠点 にこにこハウス  
(戸塚区平戸 2-33-19)

【対 象】おおむね65歳以上の方

【定 員】12名(応募者多数の場合は抽選)

【申込方法】電話にて申込み(045-825-3462)

【締め切り】4/14(日)

※抽選に外れた方のみ 4/15(月)~4/16(火)  
の間に連絡致します。

【参加費】無料 【持ち物】飲み物

【お問合せ】横浜市平戸地域ケアプラザ

TEL:045-825-3462

③

横浜市平戸地域ケアプラザ

## 「オンライン相談」のご案内

平戸地域ケアプラザでは、「オンライン」を活用した相談をご利用いただけます。インターネットが利用できる環境のもと、スマートフォンやパソコンで相談を伺います。

「オンライン相談」をご希望される場合は、最初にお電話でご連絡下さい。（手順についてご説明いたします。）

横浜市平戸地域ケアプラザ



045 - 825 - 3462



④

## ケアプラザカレンダー3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 みんなの メンタル講座 (10時~11時30分) (事前申込制)
3 平戸パパの会 (10時~11時30分) 「手形スタンプでオリジナル カードを作ろう！」 (事前申込制)	4	5 さくらんぼ (10時~11時30分)	6	7	8	9
10 ベビーマッサージ (10時~11時) (事前申込制)	11	12 さくらんぼ (10時~11時30分)	13	14 平戸っこ (10時~11時30分)	15 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)	16 気軽なサロン (13時30分 ~14時30分) 「腹話術 他」 (事前申込制)
17	18 休館日	19 さくらんぼ (10時~11時30分)	20 春分の日	21	22 歌声サロン (14時~15時) 「ハモニカ・ギターの 生演奏で歌おう♪」 (事前申込制)	23
24	25	26 さくらんぼ (10時~11時30分)	27	28 平戸っこ (10時~11時30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。

## 【さくらんぼ】毎週火曜日

10時00分~11時30分  
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)



## 【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

## 【親子の遊び場 かたつむり】

## 「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  
(申込不要)

平戸地区保健活動推進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。

## 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。

## ♪お問合わせ♪

施設の見学・ご相談は、随時受け付けております。お気軽にお問合わせください!!  
TEL 825-3462  
FAX 825-3464

## 【気軽なサロン】

## 第3土曜日

## 「腹話術 他」

(事前申込制)

概ね65歳以上の方を対象とした交流会を開催。月替わりのイベントと共にお茶を飲みながら楽しい一時を過ごしませんか?

(定員 15名・参加費 100円)

## 【歌声サロン】第4金曜日

~ハモニカ・ギターの生演奏で歌おう♪~

(事前申込制)

会場：地域交流拠点

にこにこハウス

概ね65歳以上の方を対象とした交流会 (定員 12名・参加費 100円)