



ひらど通信

2025年 8月号

横浜市平戸地域ケアプラザ

平戸地域ケアサポート祭

日時 9月28日(日) 12時～14時

場所 横浜市平戸地域ケアプラザ 詳細は別チラシにて



親子の遊び場 かたつむり

【日時】 9月19日(金)
10時～11時30分

【内容】 **3B体操**

(用具を使って誰でもできる楽しい体操です)

【場所】 電電戸塚団地自治会館
戸塚区平戸5-29-5

【講師】 日本3B体操協会 講師 宮部 裕子氏

【対象】 1歳～3歳児と保護者

【参加費】 無 料

【定 員】 10組(応募者多数の場合は抽選)

【申 込】 窓口またはお電話で

【締 切】 9月5日(金)17時まで

※抽選に外れた方のみ9月9日(火)までに連絡します

主催:平戸地区保健活動推進員会

共催:横浜市平戸地域ケアプラザ



…これからも、このまちで…

認知症になっても住み慣れた平戸で安心して暮らし続けたい
そんな思いを地域全体で支える「チームオレンジ」の活動が
始まっています。

その活動の一つとして、平戸中学校美術部のご協力のもと
2年生の部員を中心に、高齢者や認知症の方々へ心を寄せた
地域住民向けの啓発動画を作成中です。

6月下旬、放課後の部活動にお邪魔すると、部員の皆さんが
「チームオレンジ」のパンフレットを手に真剣なまなざしで
意見を交わし合う姿が印象的でした。認知症の人たちの気持
ちを想像しながら、色や校正、言葉選びと一つ一つ丁寧に取
り組む様子に、部員一人ひとりのやさしさと感性が光ってい
ました。

完成した動画は、9月のケア
サポート祭にて上映予定です。
中学生たちの思いが詰まった
作品をぜひ皆さん見に来て
ください!



横浜市平戸地域ケアプラザ

お問い
合わせ

TEL 045-825-3462

FAX 045-825-3464

〒244-0802

横浜市戸塚区平戸2-33-57

お申込み・お問い合わせは
平戸地域ケアプラザへ

平戸地区からこんにちは！

平戸地区社会福祉協議会

社会を明るくする運動 が7月5日(土)平戸台小コミュニティハウスにて開催されました。

「認知症の発症を先延ばしし、重症化を防ぎましょう！」

スリーAインストラクター田村加代子先生による「認知症とは？」のお話の後には同インストラクター八木登志恵先生と一緒に実技(ゲーム・リズム遊び等)で楽しく認知症予防するコツを学びました。

【認知症になると】

- ＊他人の前ではしっかりする。(一番身近な人に辛く当たる)
- ＊プライドが強くなり自己中心的になる。自分に不利なことは決して認めない。
(自分にいいように取り繕ったり作り話を上手にする)
- ＊まだらにおこる。(正常な部分と認知症状が混在している)



スリーA方式脳活性化リハビリとは
あかるく、**あ**たまをつかって、**あ**きらめない
認知症でも早期であれば、対応を工夫することによって
発症を先延ばしし、重症化を予防することが可能！

できた！間違えた！右の次は左？
グー？パー？歌詞なんだっけ？
笑って、考えて、楽しく脳活性化ゲームを行いました。

横浜市平戸地域ケアプラザ事業 お申込み ☎ 045-825-3462

平戸っこ 8/14 (木) 8/28 (木)

会 場 ケアプラザ・多目的ホール
時 間 10時～11時半
対 象 0歳～未就園児と父母
ケアプラザの遊具で遊びます

さくらんぼ 毎週火曜日 祝日はお休み

会 場 ケアプラザ・多目的ホール
時 間 10時～12時
対 象 0歳～未就園児と父母
子育て支援者が相談を受けます

かたつむり 8/22 (金)

会 場 電電戸塚団地自治会館・平戸第二公園他
時 間 10時～11時半
対 象 1歳～未就園児と父母
幼児と親の交流の場

気軽なサロン 8/16 (土)

会 場 ケアプラザ・多目的ホール
時 間 13時半～15時
対 象 65歳以上の方 定員15名
8月は盆踊りを一緒に踊り、楽しみましょう。

歌声サロン 8/22 (金)

会 場 にこにこハウス
時 間 14時～15時
対 象 65歳以上の方 定員12名
楽器の生演奏に合わせて歌いましょう

介護者のつどい 次回：8/26 (火)

会 場 ケアプラザ・ボランティアコーナー
時 間 13時半～15時半
対 象 介護者の方・関心のある方
介護の悩み・不安を話し合う場 (電話で申込)

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

平戸平和台映画鑑賞会のお知らせ

日 時：9月27日(土) 14時～16時

(受付 13時30分)

上映場所：平戸平和台連合町内会館

上映作品：**どら平太**

対 象：65歳以上の方

(平戸平和台地区にお住まいの方)

定 員：20名(車イス可)



(申込多数の場合は抽選になります。)

※抽選に外れた方のみ、ご連絡致します。

申込・お問い合わせ先：松本(9時～17時)

申込方法：電話 045-822-9000

申込締切：9月13日(土)まで

◆デジタル支援の会の「無料相談会」
を当日11時～13時に開催します。

入場
無料



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】10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】40名(応募者多数の場合は役員で抽選)

※抽選に外れた方のみ、ご連絡します

【内 容】食事会 お楽しみ他

【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)

【締切日】9月27日(土)



横浜市平戸地域ケアプラザ事業 お申込み ☎ 045-825-3462

平戸っこ 8/14(木) 8/28(木)

会 場 ケアプラザ・多目的ホール

時 間 10時～11時半

対 象 0歳～未就園児と父母

ケアプラザの遊具で遊びます

さくらんぼ 毎週火曜日 祝日はお休み

会 場 ケアプラザ・多目的ホール

時 間 10時～12時

対 象 0歳～未就園児と父母

子育て支援者が相談を受けます

かたつむり 8/22(金)

会 場 電電戸塚団地自治会館・平戸第二公園他

時 間 10時～11時半

対 象 1歳～未就園児と父母

幼児と親の交流の場

気軽なサロン 8/16(土)

会 場 ケアプラザ・多目的ホール

時 間 13時半～15時

対 象 65歳以上の方 定員15名

8月は盆踊りを一緒に踊り、楽しみましょう

歌声サロン 8/22(金)

会 場 にこにこハウス

時 間 14時～15時

対 象 65歳以上の方 定員12名

楽器の生演奏に合わせて歌いましょう

介護者のつどい 次回：8/26(火)

会 場 ケアプラザ・ボランティアコーナー

時 間 13時半～15時半

対 象 介護者の方・関心のある方

介護の悩み・不安を話し合う場(電話で申込)