

〈発行〉

横浜市港南台地域ケアプラザ
〒234-0054

横浜市港南区港南台3-3-1
214ビル1階

TEL:045-834-3141

〈発行責任者〉所長 川端 邦治

プラザ便り

ケアプラザってどんな所？

高齢者、子ども、障がいのある人など誰もが地域で安心して暮らせるよう、身近な福祉・保健の拠点として様々な取組を行っている横浜市独自の施設です。※現在、市内に146施設有り



令和8年4月発行



地域包括支援センター



- 高齢者の介護、福祉、健康、医療など様々な相談の窓口です。「どこに相談したらいいかの分からない」といったお悩みもご相談ください。お悩みに応じて適切なサービスや制度をご紹介します。

【福祉・保健に関する相談時間】

月曜～土曜 9:00～18:00

日曜・祝日 9:00～17:00

※ご相談が重なる場合もありますので、**事前にご予約**ください。

TEL:045-834-3143

地域活動交流事業



- 福祉・保健・子育て支援・ボランティア活動等の場所として各団体に部屋をお貸しています。(事前登録が必要)
- 地域の方と一緒に様々なイベントや講座を通じて、福祉・保健活動やボランティアを支援いたします。
- 子育て世代から高齢者まで、地域の方の交流活動をお手伝いします。

居宅介護支援(ケアマネージャー)



- 介護保険で要介護・要支援認定を受けられた方が対象です。介護保険サービスや地域の様々なサービスを利用して、自宅で生活する方の支援をします。介護計画書(ケアプラン)の作成やサービスを調整します。

生活支援体制整備事業



- 高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、地域の特性や高齢者の生活課題・困りごとを把握し、サービスの開発や担い手の発掘・育成、ネットワークづくりのお手伝いをします。

退任あいさつ



この度、同法人である横浜市能見台地域ケアプラザに異動となりました。後任は、令和8年3月31日までデイサービスにて管理者を務めていました、後藤となります。地域の皆様には大変お世話になりました。ありがとうございました。
地域包括支援センター 高橋 大介

港南台第二小学校の児童によるボランティア活動

当ケアプラザで開催している「子育てサロン ぴよんぴよん」、「高齢者サロン ペンペン草の会」に6年1組の児童の皆さんがボランティアとして計6回(令和8年1月～3月)参加してくれました。自分たちで考えたゲームや歌唱、楽器演奏などを披露し、各回で大盛り上がりでした。



共催事業

とまとこども広場



令和8年3月6日(金)
開催しました

当初、「とまとこども広場」はこども食堂として始まりましたが、地域の皆さまから愛された当事業は惜しまれつつ終了しました。長きにわたり活動して下さったボランティアさん、そしてご支援して下さった皆さま、本当にありがとうございました。



「令和8年度 1歳児子育て学級 すずめ」(全6回) 開講!

赤ちゃん教室を卒業して、「今度はどこへ行こうかしら」、「引っ越してきたばかりで知り合いがない」、「近所にもっとお友だちを作りたい」、そんなママの声に応じて今年も1歳児子育て学級「すずめ」を開催します。子育てに関する講演やおやこ遊び、フリートークなどを通して仲間を作りましょう!

- 対象: 令和6年4月2日～令和7年4月1日生まれのお子さまとその保護者
 - 定員: 親子15組(抽選) ※参加の可否は令和8年5月11日(月)までに郵送でお知らせします。
 - 会費: 1300円(全6回) ■時間: 10:00～11:15
 - 会場: 港南台地域ケアプラザ 多目的ホール ※6/6のみ港南台地区センター体育室
- 募集期間: 令和8年4月13日(月)～29日(水) ※ハガキ必着!**

1	5月19日(火)	開講式	4	6月9日(火)	歯科衛生士さんになんでも聞いちゃおう!
2	5月26日(火)	保健師さんになんでも聞いちゃおう!			
3	6月6日(土)	みんな一緒にミニ運動会 ※会場: 港南台地区センター	5	6月16日(火)	おやこ遊びとママのおしゃべりタイム
			6	6月30日(火)	閉講式

- 申込: 以下の内容を記入の上、ハガキかFAX、来所にてお申し込みください。全6回参加可能な方。
【住所、親子の氏名(ふりがな)、電話番号、お子さんの性別、生年月日、きょうだいの有無と月齢】
- 宛先: ハガキ⇒〒234-0054 港南区港南台3-3-1 港南台地域ケアプラザ「すずめ」担当
FAX⇒045-834-3145 (港南台地域ケアプラザ)

これからの事業紹介

※講座は事前予約になります。土足厳禁!
※持ち物:上履き、靴入れ ※無料

～子育てサロン～

ぴよんぴよん 特別版

- ◆ 日時: 令和8年5月13日(水) 10:00～11:30
- ◆ 会場: 港南台地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆ 対象: 0歳児～未就学児とその保護者
- ◆ 申込: 令和8年4月13日(月)から 電話か来所にて受付
- ◆ 内容: ポーラザビューティー港南台店の方にお越しいただき、「時短メイク」について実演を交えてお話していただきます。

先着
15組



蓄音機音楽鑑賞会

- ◆ 日時: 令和8年5月23日(土) 14:00～15:45
- ◆ 会場: 港南台地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆ 講師: ヨコハマ蓄音機音楽鑑賞会 八木 義之氏
- ◆ 申込: 令和8年4月13日(月)から 電話か来所にて受付
- ◆ 内容: 講師による楽曲紹介等を交えながら、当時のレコード盤を使って、音楽鑑賞をします。

先着
20名



ほっとセミナー

- ◆ 日時: 令和8年5月26日(火) 13:30～14:30
- ◆ 会場: 港南台地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆ 対象: 地域にお住いの方
- ◆ 講師: 港南台内科クリニック 院長 篠田 和明 先生
- ◆ 内容: 協力医である港南台内科クリニックの篠田先生による地域の方への健康応援セミナーです。

予約受付中

先着
20名



認知症家族のつどい

- ◆ 日時: 令和8年5月21日(木) 10:30～12:00
- ◆ 会場: 港南台地域ケアプラザ ボランティアコーナー
- ◆ 対象: 認知症の方の介護をしているご家族
- ◆ 講師: 認知症の人と家族の会 有泉 佳子 氏
- ◆ 内容: 認知症の方を介護されているご家族が集まり、日頃の悩みや経験を話し合います。

予約受付中

先着
15名



横浜市南部病院健康教室

私らしさを大切にするヒント

～認知症とともに生きる時代を笑顔で歩もう～

- ◆ 日時: 令和8年5月22日(金) 13:30～14:30
- ◆ 会場: 港南台地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆ 講師: 横浜市南部病院 認知症看護認定看護師 永藤 真紀氏
- ◆ 申込: 令和8年4月13日(月)から 電話か来所にて受付
- ◆ 内容: 一人一人の尊厳を大切に、自分らしい生活を続けるヒントについてお話しします。

先着
40名





ケアプラカレンダー

4月1日～4月30日

施設点検のお知らせ
4月20日は施設点検の為
貸館業務を休業いたします。



★：夜間閉館日（18時閉館）

日	月	火	水	木	金	土
			4月1日	★ 4月2日	★ 4月3日	★ 4月4日
				ぺんぺん草の会 (10:10～)		
4月5日	★ 4月6日	★ 4月7日	4月8日	★ 4月9日	★ 4月10日	★ 4月11日
	いきいき脳活 CLUB (10:00～)	みち草 (13:30～)	びよんびよん (10:00～) そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～)	ぺんぺん草の会 (10:10～)		
4月12日	★ 4月13日	★ 4月14日	4月15日	★ 4月16日	4月17日	★ 4月18日
まろにえ カフェ (10:00～)		ほっとカフェ (13:00～)		ぺんぺん草の会 (10:10～)	ないと くる～ず (18:00～)	
4月19日	4月20日	★ 4月21日	4月22日	4月23日	★ 4月24日	★ 4月25日
	施設点検日 	音楽のひろば (13:30～)	そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～)	子育て まち育て塾 (10:30～)		
4月26日	★ 4月27日	★ 4月28日	4月29日	★ 4月30日		
	赤ちゃん教室 (10:00～) お口のほのほの 相談室 (14:30～) そよかぜ南の家 パン販売 (11:30～)	ほっとセミナー (13:30～)		ぺんぺん草の会 (10:10～)		

月～土：9:00～21:00 日・祝：9:00～17:00(年未年始及び月1回の施設点検日は休館)

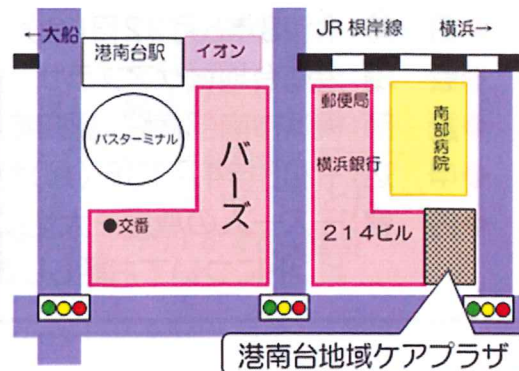
★18:00～21:00(夜間枠)に施設予約がない場合、18:00に閉館



ボランティアさん募集中

港南台地域ケアプラザでは、高齢者サロン、子育てや障がい者支援サークルなどにおいて、運営をお手伝いしていただけるボランティアさんを募集しています。

お問い合わせは、港南台地域ケアプラザへ
☎045-834-3141 担当:地域交流事業



港南台地域ケアプラザ