

『助け合えるまち 交流のあるまち 菅田』

5月号 菅田地域ケアプラザ便り 第296号

令和8年5月1日発行

社会福祉法人 恩賜経済生会支部 神奈川県済生会
横浜市菅田地域ケアプラザ
発行責任者：所長 平川 雅彦
所在地：神奈川区菅田町 1718-1
電話：471-3101 FAX：471-3102



すげたツチ



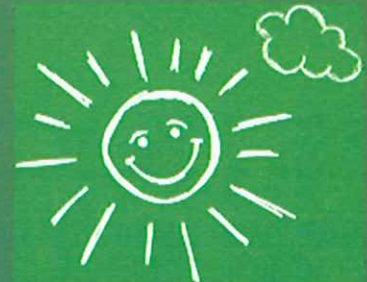
神奈川区子ども支援事業

共催：菅田地区社会福祉協議会・菅田地区自治連合会

協力：菅田地域ケアプラザ

こどもの居場所

ComeCome ひろば



「ComeCome ひろば」は、放課後気軽に来て落ち着いた時間を過ごしてもらおう場所です。友達と一緒にや一人で来ても大丈夫です。遊んだり、学校の宿題をするのもOKです。

令和8年5月～10月 開催予定表
(毎月第2・4木曜日)

- ・日 時：毎月第2・4（木）15時～17時30分
- ・場 所：菅田地域ケアプラザ
- ・対 象：小学生
- ・参加費：無 料
- ・問合せ：菅田地域ケアプラザ 471-3101

月	第2木曜日	第4木曜日
5月	14日	28日
6月	11日	25日
7月	9日	23日
8月	13日	27日
9月	10日	24日
10月	8日	22日

菅田地域ケアプラザ 子育て支援事業

ふれあいおやこひろば

「ふれあいおやこひろば」は、親子で一緒に遊び・学べる広場です。5月のプログラムは、「ことのはももちゃん」の皆さんにご協力頂いて紙芝居、手遊び、手作りおもちゃ等を予定しています。

参加費
1組
100円

- 対 象：未就園児とその保護者の方
- 日 時：5月18日（月）10時00分～11時00分
- 場 所：菅田地域ケアプラザ 多目的ホール

■定 員：10組 ※当日、直接受付でお申し込みいただくことも可能です。

【申込み：菅田地域ケアプラザ 地域交流担当 ☎471-3101】



令和8年5月 菅田地域ケアプラザでのイベント・活動等の予定

休館日：5月24日(日曜日)

※毎月第4日曜日

地域包括支援センターからのお知らせ

『成年後見・遺言・相続』無料相談会

行政書士による「成年後見・遺言・相続」についての個別無料相談会を開催します。

「成年後見制度の利用を検討している」「遺言書を作成したい」「相続手続きの進め方が分からない」等どんな小さな疑問でもお気軽にご相談ください。

★日時：6月12日(金) 13:30～15:30

おひとり様30分程度の相談です

★場所：菅田地域ケアプラザ

★定員：先着3組(先着順)

★申込み：6月5日(金)まで



内科医による健康相談会

菅田地域ケアプラザ協力医による相談会です。最近、物忘れが心配など、どうぞお気軽にご相談ください。

協力医：小川橋医院 院長 鈴木敏胤

お気軽にご相談ください！

○毎月第4水曜日 13:00～14:00
(1組30分程度の相談となります)

○場所：菅田地域ケアプラザ

○利用料：無料

○申込み：事前に予約が必要です。



生活支援コーディネーターからのお知らせ

※菅田地区社会福祉協議会との協働事業

菅田ふれあい喫茶室

お一人様でも、気軽に参加できる喫茶室です。

★日時：5月23日(土) 13:30～15:00

★会場：菅田地域ケアプラザ 多目的ホール

※参加費：100円
(コーヒー等の飲み物+お茶うけ)

※「今月の一品」として、
手作りお惣菜(各100円)が
大好評。是非ご賞味下さい。



令和8年度 介護予防事業 折り紙サークルのご案内

折り紙サークルを定期開催しています。季節に合わせた作品づくりをみなさんと一緒に楽しく行っています。

日時：毎月第2月曜日 10時00分～11時15分

会場：菅田地域ケアプラザ 多目的ホール

持ち物：お手持ちの折り紙

毎回、内容を変えて作品を制作します。

5月は、「バラの花」を折る予定です。(花用に無地の折り紙をご持参ください) 担当：堀・長谷川

どなたでもご参加いただけます。
たのしいひとときを一緒に
過ごしましょう！



各事業・活動の利用申込み・問合せ先

菅田地域ケアプラザ ☎ 471-0310

◆地域のボランティア団体による福祉活動◆

※都合により開催日時が変更となる場合がございます。見学等ご希望の際はあらかじめご連絡くださいますようお願い致します。

グループ名	対象者・内容	通常の活動日時	利用(参加)料/今月の開催日 利用(参加)申込み等
すげたいっぷく亭	地域の方を対象としたコーヒーサロンです。おいしいコーヒーと楽しいおしゃべりのひとときを。	第1・3木曜日 13:30～15:00	○有料(1回100円) ○今月は7日、21日 ○申込不要。当日お越し下さい。
山びこ食事会	栄養満点のお食事(手作り)や食後の体操等行っています。皆様のお越しを笑顔でお待ちしています。	第3水曜日 12:00～13:00	○有料(1回400円) ○今月は20日 ○申込不要。当日お越しください。
じゃがいも食事会	高齢者を対象としたボランティアによるお食事会です。皆さまのお越しをお待ちしています。	第2木曜日 12:00～13:00	○有料(1回400円) ○今月は14日 ○事前に申し込みが必要です。
転倒予防教室	転倒予防を目的とした健康運動指導士による体操教室。	第2・4火曜日 13:30～14:30	○有料(月500円) ○今月は12日、26日 ○申込不要。当日お越し下さい。
健康体操教室「さわやか」	健康増進や仲間づくりを目的とした体操教室。	第1・3金曜日 13:30～14:30	○有料(月300円) ○今月は1日、15日 ○申込不要。当日お越し下さい。
ワンツーステップ	スクエアステップ体操の会。脳トレおもしろ体操、盆踊りなども行います。	第1木曜日 第3金曜日 15:00～16:30	○無料 ○今月は7日、15日 ○申込み不要。当日お越し下さい。
ミニデイサービスあすなる会	外出する機会が少ない高齢者や身体障がいのある方に対するミニデイサービス。	第1水曜日 12:30～14:30	○有料(1回100円) ○今月は13日(変更) ○事前に申し込みが必要です。
フォレストリズム	笑って歌って踊って♪ 身体いきいき♡心わくわく楽しい脳活体操でリフレッシュ♡	第1水曜日 10:00～11:30	○有料(1回500円) ○今月は6日 ○申込み不要。当日お越し下さい。
パソコンクラブ菅田	近隣の方を対象としたPC学習「土曜講習」と、午前の時間でどなたでも参加できる「水曜サロン」講習を開催。	第1・3土曜日 12:00～14:30 第4水曜日 12:00～14:30	○有料 ○今月は2日、16日、27日 (土曜コース、1か月1,000円) ※水曜サロン第4水曜随時募集中 (各1回500円当日徴収、単発、連続OK)
菅田デジフォトクラブ	おおむね60歳以上の方を対象としたパソコンによる写真加工の学習会。	第2月曜日 12:00～16:00	○有料(実費) ○今月は11日 ○事前に申し込みが必要です。
すみれ会	おおむね高齢者対象のレクダンスの会。歌謡曲やポップス曲で踊ります。	第1月曜日 第3火曜日 13:00～14:30	○有料(3カ月2,000円) ○今月は4日、19日 ○申込み不要。当日お越しください。
カナヨガサークル	チェア、マットヨガ等自分の身体にあったクラスが選択できます。初めての方も安心してご参加頂けます。	第1・3木曜日 チェア9:30～10:00 マット10:10～11:10	○チェア500円/1回 マット1000円/1回 ○今月は7日、28日(変更) ○事前に申し込みが必要です。
こどもの居場所 ComeComeひろば	小学生を対象とした、放課後のこどもの居場所です。	第2・4木曜日 15:00～17:30	○無料 ○今月は14日、28日 ○申込み不要。当日お越し下さい。
日本語教室「ちゅうりっぷ」	日本語を学びたい外国の方、地域の方とふれあいたい方は、どなたでもお気軽にお越しください。	第1・3金曜日 10:00～11:30	○無料 ○今月は8日(変更)、15日 ○申込み不要。当日お越し下さい。
「ビスケット」	外国につながる子どもたちを対象に学習支援を通じて、楽しく過ごせる居場所です。	第2・4土曜日 13:00～14:30	○無料 ○今月は9日、23日 ○申込み不要。当日お越し下さい。

日本語教室「ちゅうりっぷ」と「ビスケット」合同イベントのお知らせ

外国の方を対象とした無料イベントを開催します。災害について親子で楽しく学べますので、ぜひご参加ください。

■日時：5月30日(土) 13:00～14:30 ■場所：菅田地域ケアプラザ 多目的ホール

菅田地域ケアプラザの最新情報は、インターネットでも入手できます！

ケアプラザの施設案内や各種お知らせ、本紙すげたいっぷく等がホームページでご覧いただけます。

アドレス <https://skanagawa-saiseikai.jp/facility/13.html>

75歳以上の方の

運転免許証返納に伴う『敬老パス』無料交付について

横浜市では、75歳以上で運転免許証を自主返納された方を対象に、敬老パスを3年間無料で交付します。外出の機会を確保し、安全で安心な生活を続けていただくための制度です。

■対象となる方

令和7年4月1日以降に 75歳以上 で運転免許証を自主返納した方

■手続きに必要なもの

「申請による運転免許の取消通知書」（返納時に交付されます）

本人確認書類（マイナンバーカード、介護保険証など）

■申請方法

お住まいの区役所の高齢・障害支援課で申請できます

新規の方には、後日、敬老パスを郵送します（約1ヶ月程度かかります）



神奈川区役所『お悔み窓口』について

『お悔み窓口』とは、ご家族がお亡くなりになった後に必要となる区役所での各種手続きについて、申請書作成のお手伝いや手続き内容のご案内を行う窓口です。お亡くなりになった方が神奈川区に住民登録されていた場合にご利用いただけます。

お悔み窓口は予約制となっておりますので、ご利用の際は事前にご予約のうえお越しください。

〈予約・お問い合わせ〉

神奈川区役所 電話 045-411-7083

受付時間 8:45~17:15（土日祝休日、12/29-1/3を除く）



お願い

地域包括支援センター職員は訪問業務等で不在の場合があります。ご相談は事前予約をお願いいたします。

横浜市菅田地域ケアプラザ

045-471-3103



介護予防事業のご案内 みんなで楽しく身体を動かしましょう！

■元気づくりステーションの教室です。有酸素運動で筋力アップ！生活習慣病予防につながります。

レッツ・ウォーキング	月1回（日程は役員さんからご案内） 9時30分～12時	季節の街並みや森林浴を楽しみながら歩きます。
スクエアステップ	第2・4日曜日13時～14時	マットを歩く体操、脳のトレーニングにもなります。
太極拳	第1金曜日15時～16時 第2・3月曜日13時30分～14時30分	美しい曲を聞きながら太極拳 下半身の筋力アップにもなります。
ノルディック ウォーキング	第2水曜日10時～12時 第3月曜日10時～12時	ポールを利用し街並みやグラウンドを歩きます。

■ボランティアさんの協力で歌、体操、手芸など趣味をのんびり楽しむ教室です。

童謡教室	第2・4火曜日9時30分～10時	大きな映像を見ながら童謡を歌います。
詩吟教室	第2・4火曜日10時～11時30分	漢詩や和歌を独特の節回しで歌います。
ワンツーステップ	第1木曜日15時～16時 第3金曜日15時～16時	マットを歩く体操、脳のトレーニングや、下肢筋力アップにつながります。
はまちゃん体操	第1・3火曜日10時～10時30分 第1・3金曜日10時～10時30分	横浜市体育協会作成のはまちゃん体操を行います。
編み物教室	第1・3火曜日11時～11時45分	編み物で身近な小物を作っています。
折り紙教室	第2月曜日10時～11時45分	鶴、奴さん、お花等作品作りをしています。

※詳細につきましてはお問い合わせ下さい 【お問い合わせ：471-3101 包括支援センター看護師 長谷川】