



横浜市さつきが丘地域ケアプラザ



ひろば

↑↑↑ <https://midorifukushikai.or.jp/category/satsuki/>

「さつきが丘ブログ」にて随時情報発信・事業カレンダーも掲載中



社会福祉法人みどり福祉会

発行 2025年9月第156号

社会福祉法人みどり福祉会
横浜市さつきが丘地域ケアプラザ
青葉区さつきが丘12-1
TEL 045-972-4769
FAX 045-972-4759
発行責任者：畑みどり



今から準備しよう！

認知症予防の運動体験と、
今から準備しておきたい終活
の基礎知識を学ぶ講座です。

認知症予防運動と 終活の基礎知識

受講された方に「青葉区版エンディングノート」を差し上げます

10月30日(木)

受付開始13:15 開始13:30-15:30

定員 20名程度

対象 関心のある方どなたでも

参加費
無料



講師 嘉正 空知氏
READYFOR(株)
アライアンス推進部



持ち物 タオル、飲み物、上履き(運動ができるもの)
動きやすい服装でお越しください

笑顔脳トレ講座

指先から頭・足をしっかり使い運動します。
脳への刺激・血流アップ。どなたでも
参加できる楽しい運動プログラムです。

開催日 9/16 (火) 13時30分～

9/19 (金) 10時～

10/21 (火) 13時30分～

12/16 (火) 13時30分～

講師 瀧田美江子先生

参加費 無料

持ち物 タオル、飲み物、上履き(運動ができるもの)
動きやすい服装でお越しください



スクエアステップ &



ハマトレ講座



いつまでも歩ける身体作りを目指し
ます。転倒予防・介護予防・認知機能向上に
効果のある脳トレ講座です。

日程 毎月第3木曜日 13時30分～
9/18, 10/16, 11/20, 12/18

講師 松坂純子先生(スクエアステップ認定講師)

参加費 1回500円

持ち物 タオル、飲み物、上履き(運動ができるもの)
動きやすい服装でお越しください

「認知症サポーター養成講座」を開催しました！

6月25日は谷本中学校の福祉委員会18名、7月14日はさつきが
丘小学校6年生76名を対象に、認知症を正しく理解し、高齢者との
関わり方を学ぶ「認知症サポーター養成講座」を開催しました。

「さつきが丘チームオレンジ」の協力のもと、朗読劇やクイズ
を取り入れた参加型の内容で、学びを深めました。参加者からは
「丁寧に話すことで進行を遅らせられることを伝えていきたい」
(中学生)、「朗読劇で認知症のことをより知ることができた」(小
学生)といった感想が寄せられました。

講座の最後には、地域ボランティアさんが手作りした「ロバの
マスコット」を、認知症サポーターの証としてお渡ししました。
ロバをきっかけにご家庭で認知症の会話が広がり、認知症への理
解がすすむことを願っています。地域と連携し、共生社会の実現
を目指してまいります。



※「さつきが丘チームオレンジ」は、認知症になっても安心して自分らしく暮らし続けられる街づくりを目指して活動しているボランティア団体です。

9月は世界中で認知症への理解を呼びかける様々な取り組みが行われる「世界アルツハイマー月間」です。

地域ケアプラザは、子どもから大人まで気軽に集える施設です

下記講座のお申し込み電話番号：045（972）4769

定期開催事業	開催日	時間	開催場所	参加費
介護者のつどい	毎月第1木曜日 9月4日(木) 10月2日(木)	14:00 ～ 15:30	さつきが丘地域 ケアプラザ	無料 

介護をしている方や介護経験のある方がお茶を飲みながら情報交換をしています。
一緒にホッとひと息、リフレッシュしませんか？（予約不要）

ろばCafé 	毎月第1月曜日 9月1日(月) 10月6日(月)	10:30 ～ 11:30	ほっと・館 花 れもんcafé (しらとり台35-6)	300円程度/回 (お茶代として)
しらとりCafé 	毎月第4火曜日 9月30日(火) (9月は第五火曜日に変更) 10月28日(火)	9:30 ～ 10:30	Bondy's Cafe ボンディーズカフェ (しらとり台47-4)	300円/回 (お茶代として)

認知症の人やそのご家族、近隣の方など、どなたでも気軽に集えるカフェです。（予約不要）

子育て関連事業	開催日	時間	予約	問い合わせ
子育て ワイワイ広場	毎月第1・3・4・5火曜日 9月 2日・16日・ 30日 10月7日・21日	10:00 ～ 11:30	不要 	さつきが丘地域 ケアプラザ 045(972)4769

地域で子育て中の方が気軽にちょっと立ち寄れる広場です。
子育て中の方ならどなたでもお子さまと一緒に参加できます。プレママ・プレパパも歓迎！

赤ちゃん教室	毎月第2火曜日 9月9日(火) 10月14日(火)	10:00 ～ 11:15	不要 詳細は QRから 	青葉区こども 家庭支援課 045(978)2456
--------	---------------------------------	---------------------	--	---------------------------------

地域在住の第1子の0歳児と保護者の集まりです。
保健師による育児アドバイスや情報交換、地域でのお友達作りなどを行っています。

地域活動・交流事業

お申込み・お問い合わせ電話番号：045-972-4769



ニコニコピカピカ歯みがき教室

10月7日（火） 10時半～11時半

区の歯科衛生士さんがむし歯予防のお話と歯みがきアドバイスをしてくれます。

- 対象 子どもの歯の健康に興味のある方
- 定員 親子10組（先着順）
- 持ち物 母子手帳・お使いの歯ブラシ、上履き
- 申込 お電話・窓口

共催：青葉区福祉保健センター／横浜市さつきが丘地域ケアプラザ



■ボランティアサロン手づくりひろば

開催日：毎月第3月曜日 10:00～11:45
9/15, 10/20, 11/17, 12/15, 1/19, 2/16, 3/16

手作業(手芸等)によるボランティア活動をしています。

- 参加費 1回100円、もしくは半期600円
- 持ち物 筆記用具・上履き
- 申込 お電話・窓口



<お詫び>

7月号に掲載した青葉台地域ケアプラザの電話番号に誤りがありました。地域の皆様および関係者の皆様にはご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。今後は再発防止に努め、正確な情報をお届けできるよう努めてまいります。正しい電話番号は045-988-0222です。



社会福祉法人みどり福祉会 横浜市さつきが丘地域ケアプラザ (<https://midorifukushikai.or.jp/>)

Tel: 045-972-4769 / 045-972-4768 (相談専用) Fax: 045-972-4759