

新吉田地域ケアプラザ てっぺんひろば



2025年10月1日発行
第279号
横浜市港北区新吉田町6001-6
発行責任者：津國久美子



事業報告 ▶

港北区役所・イオンリテール株式会社・日本生命保険相互会社
新吉田地域ケアプラザ・新羽地域ケアプラザ共催

お買い物ついでに自分のカラダを知ろう！

8月28日(木)に、港北区役所・イオンリテール株式会社・日本生命保険相互会社・新吉田地域ケアプラザ・新羽地域ケアプラザ共催で、イオン横浜新吉田店1階エレベーターホール前にて「お買い物ついでに自分のカラダを知ろう！」というイベントを行いました。

無料でベジチェック・血管年齢測定・肌診断測定・簡易骨密度測定をした後、フレイルチェックを行い、地域包括支援センターの看護師が健康アドバイスをしました。

このイベントで改めて健康について考える機会になったという話が聞かれました。



事業報告 ▶



粋な男の料理教室

8月29日(金)に、新田地区センター3階料理室にて「粋な男の料理教室」を行いました。

今回のメニューは、イカとニラのチヂミ・豚バラの大葉茄子味噌丼・もやしのナムルでした。自宅でも取り組みやすいメニューで、1品ずつ作るのではなく、出来上がるまでに時間がかかりそうな食材から調理を初めて、3品が同じようなタイミングで仕上がるように手順を考えながら調理を行いました。

参加された皆さんは手際が良く、3品が出来あがる工程を楽しみながら参加されていました。



地域情報 ▶

新吉田あすなろ地区環境事業推進員

認知症サポーター養成講座

9月13日(土)、新吉田あすなろ地区環境事業推進員と共催し、第一町内会会館にて、認知症サポーター養成講座を行いました。

包括支援センター職員から認知症についての説明を受けた後、DVDを見ながら不安そうな認知症の方に出会った時にどのような態度をとり、どのような言葉を選んで声掛けをすれば安心してもらえるのかを学ぶ機会になりました。

講座を受け終えた方には、「認知症の方を支援します」という意思を示す「目印」である認知症サポーターカードをお渡ししました。



回覧 ▶





地域包括支援センターより

～医者が教える PPK (ピンピンケラリ) 生活の秘訣講座

「知っておきたい認知症あれコレ！」開催のお知らせ～

日程：11月15日(土)
 時間：13時00分～14時00分
 会場：新吉田地域ケアプラザ 多目的ホール
 参加費：無料
 対象：どなたでも可
 講師：荏原 千登里 医師 (高田中央病院)
 当ケアプラザ協力医
 申込：定員 先着20名
 受付開始：10月15日(水) 9時～

「知っておきたい 認知症 あれコレ！」を当ケアプラザの協力医でもある、高田中央病院の荏原千登里先生がお話しくださいます。高齢社会の現在、認知症は誰でも気になることだと思います。是非、たくさんの方のご参加をお待ちしております！

連絡先：新吉田地域包括支援センター 593-5691 (河内・宮田・伊藤)



イベント案内



子育てフリースペース はぐピョン

はぐピョンは未就学のお子さんと保護者のための子育てサロン(10時～13時開催)です。ボランティアさんによる季節に合わせたおはなし会などを開催しています。「お誕生日会」や「昼食場所開放」なども行っています。(出入り自由&予約不要)

10月13日(月・祝) ミニ運動会
 10月23日(木) 親子ヨガ
 11月10日(月) おはなし会
 11月27日(木) おはなし会



運動会の様子

※上記イベントは11時30分～12時に開催しています。

丘の上の音楽会 VOL.45

実力派ジャズシンガーとギタリストのコラボ。
 幅広いジャンルの演奏をお楽しみに！

日程：令和7年11月9日(日)
 時間：13時30分～ ※1時間程度
 会場：新吉田地域ケアプラザ
 出演：中野渡 章子 (ヴォーカル)
 佐久間 和 (ギター)
 曲目：『薔薇色の人生』『素敵なあなた』『小さな空』他
 申込：不要(直接会場へ)
 入場料：無料



中野渡章子



佐久間和

新吉田地区社会福祉協議会主催

知りたい・聞きたい 皮膚のあれこれ

横浜労災病院出張市民講座。皮膚・排泄ケア特定認定看護師の方に、高齢による皮膚のトラブルや帯状疱疹についてお話して頂きます。

日時：11月11日(火)
 時間：14時00分～15時30分
 会場：新田地区センター 大会議室
 講師：高山ふみ代 先生
 (横浜労災病院 皮膚・排泄ケア特定認定看護師)



メール申込の方は
こちらから

参加費：無料
 定員：40名(先着)
 申込：やすらぎの家 045-591-6480
 (月・水・金 10時～15時)

障がい児余暇支援事業 ポッピン smile

日程：11月22日(土)
 時間：10時00分～12時00分
 会場：新羽地域ケアプラザ3F 多目的ホール
 対象：小学生(個別支援級に通うお子さん、発達に特性のあるお子さん等)

参加費：500円(材料費)
 持ち物：飲み物
 申込：10月15日9時～(先着9組)



申し込み

※定員になり次第終了
 内容：クリスマスリース作り
 進行：旅するアトリエ Team D-YCAP
 ポッピンSmileは、発達に特性のあるお子さんやそのご家族の笑顔がはじける楽しい時間を作り出すプログラムです。



新吉田地域ケアプラザ案内

〒223-0056 横浜市港北区新吉田町6001-6
 TEL:592-2151 FAX:592-0105

※電車、バスご利用の場合
 東急東横線「綱島駅」より
 2番乗り場(綱島71系統)から
 「勝田折り返し所」行きバス乗車
 「神隠」下車 徒歩5分

※車ご利用の場合
 第三京浜都筑インター新吉田出口すぐそば
 駐車場あり(台数には限りがあります)

