

令和元年1月号

KOCO かあらさん



しあわせ
～安心して幸福に暮らせる町を目指して～

令和元年1月25日第103号発行
社会福祉法人 横浜鶴声会
横浜市駒岡地域ケアプラザ
発行責任者: 所長 板山 重樹
〒230-0071 鶴見区駒岡 4-28-5
TEL 570-6601 FAX 570-6602
Email: komaokacp@y-kakuseikai.or.jp
http://www.y-kakuseikai.or.jp/kococp/

新年明けましておめでとうございます。
昨年元号も令和に変わり、新たな時代の到来を感じる一年となりました。
今年東京オリンピックが開かれるなど、歴史に残る一年となりそうです。
新たな時代の波に取り残されないよう、職員一同頑張っておりますので、今後ともよろしく願いいたします。

横浜市駒岡地域ケアプラザ 所長 板山重樹

～親と子のつどいのひろば「こまーま」出張イベント～

保育士さんによる親子ふれあい遊び
簡単おもちゃ「ぽっとなおとし」をつくろう



親子で一緒に楽しく遊び、手作りおもちゃもつくれます。
親子で楽しみたい方、是非ご参加下さい。

開催日時: 令和2年 3月17日(火) 10:00～11:30

場所: 駒岡地域ケアプラザ 多目的ホール

対象年齢: 0歳～3歳

定員: 親子15組(先着)

内容: 手遊び、ふれあい遊び
工作「ぽっとなおとし」



(工作の見本)

協力: 明日葉保育園・親と子のつどいの広場「こまーま」

申込先: 駒岡地域ケアプラザ

担当: 氏家・川崎

電話: 570-6601

*申し込みは、2/20(木)～です。



開館日(年末年始以外) 月～土 9:00～21:00 日・祝日 9:00～17:00 TEL 570-6601 FAX 570-6602

*車での来館はご遠慮下さい。但し、身体的な理由で車での来館を希望される方はご相談下さい

第12回 丘の上春祭り

会場：駒岡地域ケアプラザ・駒岡地区センター

開催日：3月14日（土）・15日（日）

時間：10：00～17：00（14日）・10：00～15：00（15日）

*15日は駒岡地区センターのみ開催

～3月14日（土）駒岡地域ケアプラザ プログラム～



【模擬店】場所：駐車場

*11：00から販売開始！
（準備出来次第、早まる可能性があります）

- ぜんざい
- 焼きそば：駒寿会
- カレー・豚汁・フランクフルト・山菜おこわなど：一歩舎・ふれんど
- ポップコーン：県立鶴見養護学校



場所：エントランス

※10：00～売切れ次第終了

- 鶴っこ自主製品販売
- こまきち手芸サロン 作品販売
- 駒岡地区更生保護女性会のおせんべい、お茶販売

- 10：00～14：00
「こども縁日」1回100円
輪投げ/くじなど



（NPO法人つるみまっぴ）

- 12：00～売切れ次第終了
フライドポテトと唐揚げセット
（日清医療食品）



場所：テイホール 10：00～14：00

無料で、気軽に体験できます！

対象：高齢者の方のみ

◎鶴見薬剤師会

「血管年齢と骨健康度測定」やお薬相談と栄養相談を行います。（無料）

ご相談を希望される方は、お薬手帳お持ち下さい。



*プログラムは予告なく、
変更する場合がございます。
ご了承ください。



（お問合せ先）

主催：駒岡地域ケアプラザ・駒岡地区センター/ 協力：駒岡地区連合会・鶴見区障害者団体連合会・
鶴見薬剤師会・ボランティア団体

場所：多目的ホール 10：00～14：00

- 食事スペース
- 大正ロマン喫茶
- “デジカメ同好会”の写真展示



その他、1階正面自動扉付近で、
駒岡地区消費生活推進員の悪質商法普及啓発
でウェットティッシュ配布も行っております。



～2020年 明けましておめでとうございます～



2020年今年はオリンピックの年です！！
日本中が笑顔で楽しいイベントが沢山ある
と思います。
みなさんも笑顔で楽しい年になりますよう
に！！今年もよろしくお願い致します。



12月行事

クリスマス忘年会 令和元年12/23(月)～28(土)



～ボランティア実演鑑賞～



バルーン風 様



アロハ・ハワイアンズ
レイカラ 様



鶴見ラスガパス
フラメンコスタジオ 様



赤坂 様



こども
ミュージカル 様



ヴォカリース 様

～億万長者・コップ積み上げて・二人羽織・箱の中身～



ナースの秘密手帳



～デイサービス看護師のワンポイントアドバイス～

「乾燥肌の季節」

皮膚は有害物質の侵入を防いだり、体の水分の喪失を防ぐ働きをしています。
カサカサ肌になるとかゆみが出たり、湿疹がでたりします。入浴後や乾燥が気になる
時は、保湿剤をつけて乾燥を予防しましょう。入浴時はかゆいからといって、こすり
過ぎないように注意し、石鹸も刺激の弱いものにしましょう。



教えて

レクリエーション～手芸編～

お花のフローチ



- ① 丸形に切った牛乳パックにフェルトを重ねて貼る。
- ② ①にひもを外側から内側に向かって貼る。
- ③ 正方形に切ったフェルトの中心にボンドをつける。両端をつまんで折り、中心に寄せる。
- ④ ②に③を1つひとつ貼り、裏面にブローチ金具を貼る。飾りのビーズを付けたら完成。

雛のタペストリー



- ① 着物地を切る。
- ② 男雛、女雛の型紙を使い、型をとる。
- ③ 型に布を貼る。
- ④ 男雛、女雛、毛せん、毛せん柄部桜、各パーツが全てそろってから配置を決め貼っていく。
- ⑤ 上部に棒を通し、ひもでつるせるようにし、完成。

駒岡まり子と愉快的仲間たち “スタッフ紹介コーナー”



看護師 高橋 礼
 出身地：宮城県仙台市
 最近嬉しかったこと：
 新年になり、利用者様の変わりない笑顔を見た時に嬉しかったです。



ドライバー 朝長 直人
 出身地：長崎県佐世保市
 最近嬉しかったこと：
 無事に正月を迎えられたこと。



～ お知らせ ～

<お誕生日週間>

2/17(月)～22(土)

3/23(月)～28(土)

<節分週間>

2/ 1(土)～ 7(金)

<ひな祭り週間>

3/ 2(月)～ 7(土)

～ ボランティア募集 ～

☆ お茶出しや洗髪後のドライヤーかけ(火・木・金・土曜日)午前活動できる方募集しています。

～ ご寄付の依頼 ～

- ・入浴時使用の為の「固形石鹸」、誕生日プレゼント作成用の「綿の柄布」、「新品の手ぬぐい」
- ・生活や健康に関する情報誌・雑誌(週刊誌・月刊誌)古いものでも構いません。

* 寄付とボランティア募集の問い合わせは、地域交流担当：氏家までご連絡下さい。

電話：570-6601

デイサービス職員募集中!!

駒岡地域ケアプラザでは、デイサービスと一緒に働いてくれるスタッフを募集しております。

- ① 介護職 (資格・経験の無い方でも大丈夫。やる気と元気のある方を歓迎しています)
- ② 送迎ドライバー (要普通免許。朝と夕方だけのお仕事です)

詳細は、採用担当(所長：板山)までご連絡ください。 電話：570-6601

はまぎくの会

駒岡地域ケアプラザのマスコット“こまきち”を歌う「こまきち音頭」は介護予防ソング。

その曲を振付し、練習会を経て無事おひろめをさせてもらったのが、今年の丘の上春祭りでのことでした。

そのときの参加者が「もっと踊りたい！」と結成したのがはまぎくの会です。

そして、今年の春祭りでも、地区センター体育館で「こまきち音頭(他2曲)」をおひろめさせていただくことになりました。(ぱちぱちぱち)



はまぎくの会の活動日は、毎月第一木曜日の午後2時から3時半。
駒岡地域ケアプラザの多目的ホールで踊っています。

こまきち音頭以外にも、鶴見ふるさと音頭や鶴見音頭、炭坑節にきよしのスンドコ節までいろいろ練習しています。「私も踊ってみたい」と思われた方、ぜひ見学に来てください！





男性いきいきシニア倶楽部



地域にお住まいの60歳以上の男性を対象に体操教室を開催します。
 仲間と一緒に楽しく筋力トレーニングや柔軟体操をしませんか。
 今まで体操教室に参加したことがない方でもお気軽にご参加ください。

何歳になっても
筋力・運動能力
は上がります。



筋力がつくと、
転倒しにくくな
ります。

無理せずご自分の
出来る範囲で身体
を使いましょう。

日 程 : 2月19日・3月18日(全て第3水曜日)
 ※追加募集です。

時 間 : 13:30~15:30

場 所 : 多目的ホール

参 加 費 : 300円(各回毎に集めます)

持 ち 物 : 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物

対 象 : 地域にお住まいの60歳以上の男性

お申込み先 : 駒岡地域ケアプラザ 担当 : 氏家・櫻井

電 話 : 570-6601

横浜市駒岡地域ケアプラザは、社会福祉法人横浜鶴声会が指定管理者として運営しています。

KOCO とは…**KO**maoka **CO**mmunity care plaza (駒岡地域ケアプラザ) の略です。



編集後記

飼犬(もうすぐ2才)が、寒さで下痢をして大騒ぎ。絶食&減食のためうらめしげな目で見上げる犬。ごめんよー。そんな目でみるなよお(T・Y)

あけましておめでとうございます。お休みの間、何をして過ごしたか? 私は気付けば、明日が初仕事の日でした。もっとおもちを食べればよかったです!今年もよろしくお願いします。(R・U)

毎年、鶴岡八幡宮にお参りに行っています。今年もよろしくお願致します。(M・U)