



親子の絆を育もう

アロマ ベビーマッサージ& キッズアロマケア講座

保育士ママが、マッサージを通して育児のコツやアロマオイルを暮らしに取り入れるアイデアをお伝えします。一緒に楽しく学びましょう!

日時: ①12月6日(土) 10:00~12:00

②12月12日(金) 13:30~15:30

会場: GPホール

対象: 赤ちゃんから小学校3年生までのお子様と保護者様

定員: 10組20名(お申込み先着順)

参加費: 100円(お一人)

持ち物: バスタオル・飲み物・お出かけグッズ

講師: 伊藤綾子氏(保育士、アロマベビーマッサージ・ベビー&ママヨガ講師、子育てコーチングアドバイザー、社会福祉士、ウェルネス認定アドバイザー、地域の子育て支援・療育に10年従事)



お申込みはお電話にて



無料医療相談日

日時: 11月12日(水) 14:00~15:00

会場: 鴨居地域ケアプラザ

★ケアプラザ協力医 上白根病院 院長

富田祐司先生が医療相談を行っています。

★完全予約制: 前日までに要予約(無料)

★都合により、中止・日程等が変更になる場合がございます。

★ご相談はお1人様15分になります。

月1コンサート

日時: 12月21日(日)

開場: 13:00 開演: 13:30

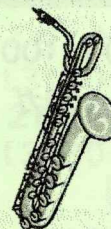
出演: ベルデュール・サクソフォン・カルテット

会場: 多目的ホール

内容: サックスの演奏

定員: 25名

参加費: 無料



お申込みはお電話にて ☎930-1122

レコード鑑賞会 《クラシック音楽特集》

日時:12月18日(木) 13:30~15:15

会場:多目的ホール

定員:20名(お申込み先着順)

参加費:無料

※お気に入りのレコード持ち込み可

レコードの音色をじっくり楽しむ鑑賞会。毎年ご好評いただいているクラシック音楽特集です。



お申込みはお電話にて

かもいなかま塾 ボランティア先生 募集中!

かもいなかま塾では、中学生を対象に学習支援をしていただける方を募集しています。
私達と一緒に、子どもたちの「勉強したい」という意欲を応援しませんか。

○活動日:毎週火曜日・木曜日

○時間:18:30~20:30

○会場:鴨居地域ケアプラザ

【かもいなかま塾とは…】

子ども達の学力低下を感じ、勉強のお手伝いをしたいという「おおきなかぶの会」と、中学生を対象にした活動をしたい鴨居地域ケアプラザの想いが一致し、誕生した事業です。

鴨居こども食堂ぱくぱく 調理ボランティア募集中!

『鴨居こども食堂ぱくぱく』は、鴨居地区の民生委員さんが中心となり開催しているこども食堂です。
現在、調理ボランティアさんを募集中! お料理好きな方、地域のお子さんのために何かしたい!という方、ぜひお問い合わせください!!



○活動日:月1~2回程度(木曜日)

○時間:16:00~18:00くらい

○募集人員:若干名

なかも塾・ぱくぱく食堂のお問合せ・お申し込みはお電話にて(担当:高橋)

地域の方々が主催しているサロンの予定

地域の居場所 鴨カフェ こどもごはん&ヨガ

11月16日(日)11:00~13:00
14:00~ ゆる〜くヨガ

参加費 100円

会場:生活リハビリクラブ鴨居
問合せ:932-0740

くまさん ほっとスポット こぐまサロン

11月18日(火)
13:30~15:30
【大正琴演奏:アプリコット】
参加費:200円
会場:鴨居地域ケアプラザ
申込・問合せ くまさん
TEL:932-0742(アメミヤ)

いきいきサロン鴨居

11月9日(日)10:00~15:00
【10:00~ 健康チェック】
11月23日(日)10:00~15:00
【13:30~ フォルクローレ演奏】

参加費:100円
会場:鴨居中央会館

行政書士による
遺言・相続・後見制度 相談会

日時:12月11日(木)13:00~16:00

会場:ボランティアルーム

定員:3名程度

参加費:無料



- ・ご相談時間はお1人様、約45分程度となります。
- ・事前予約優先。お電話にてお申込みください。
- ・当日ご相談に来られても構いませんが、時間に余裕を持ってお越しください。

お申込みはお電話にて

じっくりストレッチ

日時:12月8日(月)10:00~11:00

12月19日(金)10:00~11:00

会場:多目的ホール

対象:概ね60歳以上の緑区在住の方

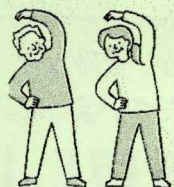
定員:25名

講師:松坂純子氏

参加費:無料

持ち物:飲み物

動きやすい服装で
ご参加ください



受付開始:11月10日(月)

介護予防講座「歌って♪元気」

「歌って、話して、笑って元気に」をテーマに毎月開催しています。季節の歌を元気に歌いましょう!

日時:12月17日(水)10:00~11:30

会場:GPホール

対象:概ね65歳以上の緑区在住の方

定員:30名(お申込み先着順)※男女問わず

講師:鈴木 道子様

参加費:無料

持ち物:飲み物



受付開始:11月25日(火)

ヒートショックの予防

冬季に多発する高齢者の入浴中の事故にご注意ください。この機会に安全に入浴するための対策を学びましょう。

日時:12月15日(月)14:00~15:30

会場:多目的ホール

講師:緑消防署救急担当 植村拓司氏

参加費:無料

持ち物:筆記用具



受付開始:11月4日(火)

各事業へのお問い合わせ・参加のお申込みは、

受付開始日の10時から ☎ 930-1122 まで

ふれあいさろん竹多久

毎週 月~土曜日

10:00~16:00

利用料:100円

会場:竹山Aコープ2階

お茶のみサロン
(白山緑)

11月はお休みです

12月は19日(金)の予定

会場:白山緑会館

お茶のみサロン
(白山)

11月14日(金)

13:30~15:30

12月12日(金)

13:30~15:30

【干支折紙】

参加費:200円

会場:白山自治会館

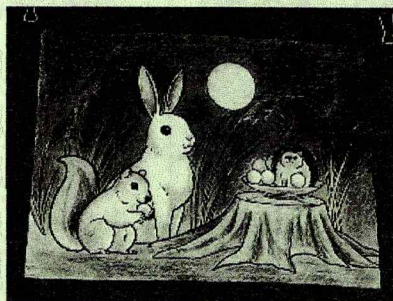
デイサービスだより

笑顔たくさんで皆様をお待ちしております
認知症対応型デイサービス『なでしこルーム』もあります

芸術の秋...



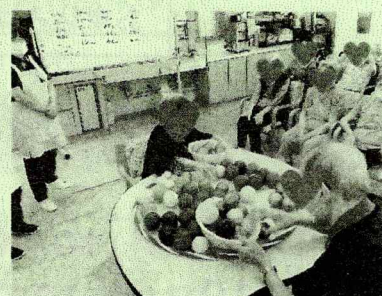
秋らしく落ち葉の壁飾りを制作しました。



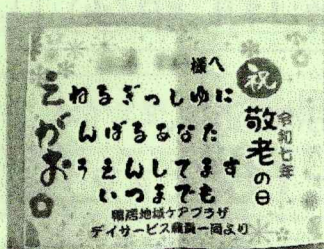
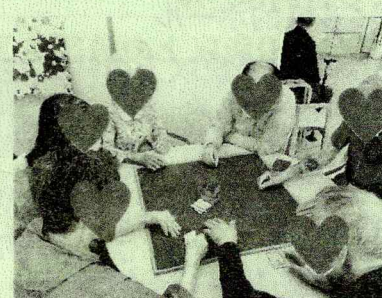
色鉛筆を何色も使ってぬり絵を楽しんでいます。
月夜が美しい作品が仕上がりました。



レクリエーション



楽しいレクリエーションの時間！
アイデア豊富なワーカーさん
考案の、日替わりゲームで盛り
上がっています！
童心にかえって、昔懐かしい坊
主めくりなどもしています。



ボランティアさん
ありがとう

ボランティアの皆さんが、素敵なフ
ラダンスを披露してくださいました。

スタッフより感謝を込めて、皆さんに
敬老カードをお送りしました。



子育てから高齢者まで 身近な相談窓口



社会福祉法人 清光会
横浜市鴨居地域ケアプラザ

〒226-0003

横浜市緑区鴨居5-29-8

☎ : (045) 930-1122 (代表)

☎ : (045) 930-1121 (相談専用)

☎ : (045) 479-1230 (デイ直通)

FAX : (045) 931-2203

鴨居地域ケアプラザに対するご意見・ご要望をお聞かせください。苦情・相談も受け付けています。

ブログは
こちら





イベント&子育てカレンダー



11月の予定

日	月	火	水	木	金	土
						1 出張! あおぞら ほっと・る〜む ←.....
2	文化の日	3 なかま塾 にこにこ回想法 スクエアステップ 子育て支援 (GP・10〜11時半)	4 歌って♪元気	5 なかま塾 うさぎグループ (10〜12時半)	6 全館大掃除	7 8
9	10 いないいないばあ (10〜11時半)	11 なかま塾 スクエアステップ 子育て支援 (GP・10〜11時半)	12 かもい編み物クラブ コガモひろば (10〜11時半)	13 なかま塾 いきいきクラブ うさぎグループ (10〜12時半)	14 ダンディキッチン	15 認知症サポーター 養成講座
16	17 シニアボランティア ポイント登録研修会 いないいないばあ (10〜11時半)	18 なかま塾 にこにこ回想法 子育て支援 (10〜11時半)	19 レコードカフェ 赤ちゃん教室 (10〜11時半)	20 なかま塾 うさぎグループ (10〜12時半)	21 ポッチャを 楽しもう あそびのひろば (10〜11時半)	22 子育てサポート システム説明会
勤労 感謝 月1コンサート (ベルチエロ)	23 休館日	24 なかま塾 子育て支援 (10〜11時半)	25 コガモひろば (GP・10〜11時半)	26 なかま塾 いきいきクラブ うさぎグループ (10〜12時半)	27 28	29 介護者のつどい
30						

* 上記は予定ですので変更になる場合があります。

イベント&子育てカレンダーは、ケアプラザの自主事業と元気づくりステーションと鴨居地域ケアプラザで行われている子育ての事業や活動を紹介しています。太字が子育て関連です。



横浜市鴨居地域ケアプラザ TEL 930-1122

My life cafe

～これからのわたしたち～

2025年のMy Life cafeは昨年皆様から頂いたご意見をもとに、ノートを書く参考になるような、特定項目の掘り下げをする講座の実施を予定しております。
専門の先生からの講演も今年は予定しています。

さあこれからのことを一緒に考えましょう

○第4回：12/13（土）10：00～12：00 元年金相談員の方から見たエンディングノート ～わたしの年金収入（老齢・遺族・障害）

特別講師：元年金相談員
長谷川 暁 様

令和7年度エンディングノートシリーズ第4回は元年金相談員の方から遺族年金等の年金のお話です。

年金をきっかけに様々なエンディングについての思いや経験をみなさんと一緒に話し合っ、豊かな人生を送るために自分に合ったエンディングノートを作成してみましょう。

定員：先着20名（申込先着順）

持ち物：エンディングノートをお持ちの方はご持参ください

会場：横浜市鴨居地域ケアプラザ 2階 GPホール

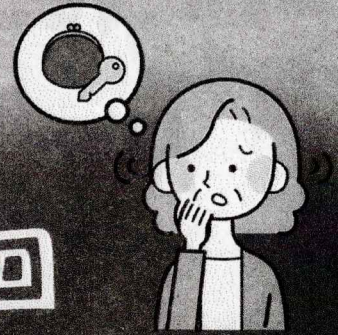
費用：¥100-（飲み物代等）

お申込み：横浜市鴨居地域ケアプラザ（045-930-1122）まで

※講師の先生は手話での対応も可能です。

主催：横浜市鴨居地域ケアプラザ（担当：丸山）

住所：緑区鴨居5-29-8



好評につき 第4回 ものの忘れ講座

詳細

令和8年
1月29日
(木)

鴨居地域ケアプラザ
多目的ホール

14:00～15:00

参加者40名 参加費・無料

令和7年12月1日10時より予約受付開始

.....講師.....

勤務歴

- 日本医科大学附属病院脳神経外科
- 日本医科大学附属病院高度救命救急センター
- 日本医科大学千葉北総病院脳神経外科
- 東日本循環器病院（海老名総合病院）脳神経外科
- 松江病院脳神経外科
- 日本医科大学武蔵小杉病院脳神経外科
- 横浜新緑総合病院脳神経外科
- 横浜新緑総合病院脳神経センター設立
- 脳神経センター脳神経外科医長、副部長、部長を歴任
- かもい脳神経クリニック院長（2023年11月～）

かもい脳神経クリニック
院長・小菊 実 様

○内容

受診のタイミング、認知症の
付き合い方など分かりやすく
お話しします。
(昨年度に行ったものと同じ内容です)



申し込み・お問い合わせ 予約制！

鴨居地域ケアプラザ 045-930-1122



令和7年度より横浜市チームオレンジという事業が始まりました。
オレンジレターとは、認知症の方が地域でより住みやすくなるための
情報や、地域の方に認知症について知っていただくための広報誌となります。
3か月に1度発行の予定です。

チームオレンジとは

横浜市のチームオレンジは、認知症の人や家族の希望や願い、
困りごとなどの声をもとに、その実現や解決に向けた取組を、
認知症の人や家族とともに地域住民や団体、企業、関係機関等が
連携して進める「本人支援」の活動です。

【横浜市チームオレンジの3つの基本】

- ・認知症のひとと家族の希望・困りごとを聞き継続して支援する活動。
- ・認知症のひとや家族も地域の一員として活躍できる活動。
- ・認知症のひとが住みよいまちづくりに向けた活動。



支援者のつぶやき



今回つぶやいてくださった方
鴨居地域ケアプラザ デイサービス相談員 遠藤 隆浩

ケアプラザの認知症対応型通所介護「なでしこルーム」をご紹介します。
デイサービス内に定員8名の別室をご用意しています。
一般のデイサービスとの大きな違いは、日々の様子をよく見させていただき
対応をしているため、より関心や残存能力をいかした新たな挑戦をサポート
しています。

何十年ぶりに行う将棋等のお手伝いや、皆で取り組む言葉遊びやジェンガ等を
現在は積極的に行っており、皆様に生き活きと過ごしていただける環境作りを
目指して取り組んでいます。

7月～9月の事業報告

地域のキャラバンメイトさんにもご協力をいただき、
7月27日に小学生・中学生向けの認知症サポーター養成講座を
開催しました。
保護者も含め、11名の方にご参加いただきました。



今後の事業予定

介護者のつどい

11月29日(土)

13:00～14:30

場所：鴨居地域ケアプラザ
ボランティアルーム

内容：座談会

介護をされている方や介護を
されていた方の集いになります。
今回は女性限定になります。

認知症サポーター養成講座

11月15日(土)

10:00～11:30

場所：鴨居地域ケアプラザ
多目的ホール

参加費：無料

認知症について正しく理解し、
地域で認知症の方やその家族を
支援するための講座です。

申し込みやお問い合わせは鴨居地域ケアプラザまでご連絡ください。

令和8年度より始動予定

鴨居チームオレンジ メンバー募集

来年度から一緒に活動をしてくださる方を
鴨居地域ケアプラザでは募集しております。
以下の日程で説明会を予定しています。
ご興味のある方はケアプラザまでご連絡ください。

鴨居チームオレンジ メンバー説明会

日時：令和8年1月18日(日) 14時～15時

場所：鴨居地域ケアプラザ GPホール



子育てから高齢者まで 身近な相談窓口



社会福祉法人 清光会
横浜市鴨居地域ケアプラザ

〒226-0003

横浜市緑区鴨居5-29-8

☎：(045) 930-1122 (代表)

☎：(045) 930-1121 (相談専用)

☎：(045) 479-1230 (デイ直通)

FAX：(045) 931-2203

ブログは
こちら



鴨居地域ケアプラザに対するご意見・ご要望をお聞かせください。苦情・相談も受け付けています。