



横浜市上矢部地域ケアプラザ

2024

11

November

広報

# がみやべ



発行元：横浜市上矢部地域ケアプラザ 発行責任者：所長 加藤 美雪 発行日：令和6年10月25日  
電話：045-811-2442 FAX：045-811-2499 E-mail：plaza@deainokai.com

広報誌はWEBでもご覧いただけます。  
<http://www.kamiyabe-cp.com>

令和6年度

## クリスマスコンサート in がみやべ

プロの演奏家によるヴァイオリンとピアノの演奏で癒しのひとときを過ごしませんか？クリスマスソングをお楽しみください。小さなお子様から大人の方までみんなが楽しめるプログラムをご用意してお待ちしております。

日時：令和6年12月17日(火)  
10:00～11:00

場所：上矢部地域ケアプラザ 交流ホール  
対象：地域の方 先着50名（お子さま同伴OK）  
参加費：無料  
申込み：電話(045-811-2442)または来館にて



岸井 晶子  
(ヴァイオリン)



演奏者  
La montee  
(ラモンテ)



中島のはな  
(ピアノ)

La montee(ラモンテ)  
岸井晶子(ヴァイオリン)と中島のはな(ピアノ)によるデュオ。北鎌倉女子学園高等学校の同級生で、当時から共に様々なジャンルの演奏を重ねています。横浜市主催のコンサートへの出演や、地域の福祉施設や子どもたちに向けて、精力的に演奏活動を行っています。

～パパの子育て応援します！～

## とつかパパ楽の会

原則毎月一回戸塚区内の様々な場所で開催している「とつかパパ楽の会」12月は上矢部で初開催！パパのための写真教室を行います。可愛いわが子や家族を素敵に撮る方法を学びましょう。

日時：令和6年12月8日(日)  
10:00～11:30

場所：上矢部地域ケアプラザ  
多目的ホール

対象：未就学児のお子様とパパ  
参加費：無料  
定員：先着15組  
持物：普段お使いのスマートフォン  
申込み：11/11(月)10時～  
電話(045-811-2442)か  
来館にて



## 上矢部家族の会～介護者のつどい～

「介護」でお悩みの方、何でも気軽に話し、情報交換できる場です。参加ご希望の方は、事前にご連絡ください！

日時：令和6年12月3日(火)  
13:30～15:00

場所：上矢部地域ケアプラザ 多目的ホール  
参加費：無料

申込み：電話(045-811-2442)または来館にて



ミニデイサービス

## ～ハニカムズコンサート～

今回のミニデイサービスは混声合唱団ハニカムズのミニコンサートを開催します。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

日時：令和6年11月9日(土)  
お茶のみサロン 10:00～10:35  
演奏会 10:45～11:30(演奏会のみ参加可)

場所：上矢部地域ケアプラザ  
地域ケアルーム(お茶のみサロン)、多目的ホール(演奏会)

出演：ハニカムズ  
対象：地域にお住いの概ね65歳以上  
参加費：無料  
申込み：電話(045-811-2442)または来館にて



# 11・12月 事業予定 ケアプラカード対象事業

赤字の事業は毎回申込み必須です(先着順)

子育て支援	子連れdeヨガサロン (未就学児の親子) 申込み随時受付中 	11月21日(木) 12月19日(木)	10:00~11:00
	赤ちゃん教室 (1歳未満) 	11月13日(水) 12月お休み	10:00~11:30
	かみやべGO (未就園児) 	11月8日(金) 上矢部ケアプラザ 12月13日(金) 上矢部会館	10:00~11:30
障がい支援	はなうた 	11月お休み 12月1日(日)	10:15~12:15
	あつたまり場 (こころの病の方) 	11月14日(木) 12月12日(木)	14:00~15:30
高齢者支援	ミニデイサービス 毎月15日~受付 	11月9日(土) 12月14日(土)	10:00~11:30
	おしゃべり スポーツ喫茶 	11月21日(木) 12月19日(木)	14:00~15:00
地域支援	歌声喫茶 毎月25日~受付 	11月20日(水) 12月18日(水)	第1部 13:30~14:15 第2部 14:45~15:30
	上矢部 健康麻雀教室	11月11日(月) 11月25日(月) 12月9日(月) 12月23日(月)	12:00~16:30
	いいじいカフェ (コミュニティカフェ) 淹れたてコーヒー 1杯100円 	11月4日(月) 12月2日(月)	10:00~12:00

## 戸塚ファミリークリニック 齋藤院長の健康相談

11月15日(金) 12:30~13:30  
電話にてご予約ください。

### ケアマネつしん

ケアマネジャーは定期訪問時には普段の何気ない会話も大切にしています。先日も定期訪問中にお鍋の話になり、「お鍋は何鍋が好きですか?」など、奥様から「なんで春菊は冬の野菜なのに、「春」と付くか知ってる?」と聞かれました。

確かに! 今まで疑問に思った事が無かったので、その場で調べさせていただきました。春に花が咲き、葉が菊に似ているから「春菊」となったそうです。ご本人、奥様と3人で「へえ~」と納得。

帰りに自転車に乗りながら今年は秋になっても暖かい日が多く、お鍋の季節はまだ先かしら?と思いつつ、ケアプラザに戻りました。

栄養バランス?と難しく考えずに、楽しく『ココロ』と『カラダ』を癒しましょう。 平馬・橘・佐藤

上矢部デイサービス  
秋の大運動会を開催しました。手を使う競技や足を使う競技に苦戦する事もありましたが、皆様一所懸命に参加されました。曜日対抗種目は一致団結!! 白熱です。



真心の  
利用者の作品  
コスモス咲いた  
デイの園

デイサービスより

ご利用希望の方は担当までお問い合わせください。

担当: 菅野・森



5月に私が油断したときに猫を脱走させてしまいました。毎日家の周りを探していると、近くにいることを発見。朝晩と餌を運び、(敷地内です)遠くに行かないようにすること1ヶ月、捕獲機を使いましたが無事帰還。念のため病院に連れて行った直後の写真です。(か)



### 横浜市上矢部地域ケアプラザ

掲載情報のお問い合わせやご質問、ご意見、ご要望は下記まで。また介護申請・相談の際は事前にご連絡ください。

電話: 045-811-2442

戸塚駅西口より  
上矢部高校・領家中学校  
経由戸塚駅循環バス  
「上矢部地区センター前」  
下車徒歩1分

