



新年、明けましておめでとうございます。

昨年も本当に多くの地域の皆様に、当ケアプラザをご利用いただき、ありがとうございました。

「はじめてケアプラザに入りました」「はじめてお部屋を利用しました」「はじめて相談に来ました」など、開所10年が過ぎても新たな出会いを繰り返し、1日1日を積み重ねていることをスタッフ一同、実感しながら業務に励んでいます。

私自身も気付けば、ケアプラザの職員となって15年が過ぎました。(以前は隣町のケアプラザに従事していました)その間においても、ケアプラザが担う役割や責任は、多種多様に広がり、「福祉・保健活動の拠点」として、横浜市にしかない貴重な社会資源として、認知されたのではないかと思います。

これからも「ケアプラザに来てよかった」「相談に来てよかった」と言ってもらえるような施設として、日吉の町に貢献できるよう、努力していきたいと思っています。本年もどうぞ、よろしく願い致します。

所長 佐藤 純

胎 両親教室



時間：10:00～12:00 (受付9:40～)

対象：港北区在住の初めて出産する方(参加時点で妊娠20週以降の方)とその配偶者

※妊婦さんだけの参加も可

場所：日吉本町地域ケアプラザ

内容：育児・沐浴についての講義と体験
先輩家族との交流(経験談を聞くなど)

開催日：2月2日(土)
～2019年6月出産予定の方～

応募締切は12/29ですが、過ぎていても定員に達しない場合は追加募集があります。
詳しくはどろっぴまでお問合せください。

申込み・問合せ

港北区地域子育て支援拠点 どろっぴ

TEL：045-540-7420

<http://fofa.jp/cocoml/a.p/122>



子育て関連予定

◆事前予約不要 ◆参加費無料

赤ちゃん会

ママと赤ちゃんの友達づくりや情報交換の場です。
対象：第1子の8ヶ月～1歳未満の乳児とママ
内容：手遊びうたやパネルシアターなど

☆2月13日(水) 10:00～11:00
(1月はお休みです)

子育て支援者会場

プレイルームに来ている方とお子さんを遊ばせながら乳幼児期の子育ての悩みなどを、一緒にお話できます。

☆1月10日・17日・24日・31日(木)
9:30～11:30 ※お好きな時間にお越しください
(1月3日はお休みです。)

離乳食講習会

☆1月21日(月) 10:30～11:15
(受付:10:00～)

次回は3月4日(月)

対象：7～8ヶ月頃のお子さんと保護者
(離乳食を1日2回程度あげている方)

内容：離乳食の進め方についての話
離乳食の作り方(実演)、試食

持物：離乳食手帳
(4か月検診時にお渡ししています)
離乳食スプーン・手拭き用タオル・
食事エプロン・お子さんの飲み物



※駐車スペースはありません。
お車でのお来館は、ご遠慮ください。

ホームページをご覧ください! <http://www.ryokuhokai.or.jp/~hiyosi/index.html> アクセス!

親と子の居場所

ほんちよ



日時: 1月13日 9:15~11:30

毎月第2日曜日 次回2月10日

場所: 日吉本町地域ケアプラザ
多目的ホール

対象: ~未就学児



「みんなの交流サロン」

ほっとスペース☆ひよし

予約不要です

日時: 1月23日 (水)

13:30~15:00

場所: 日吉本町地域ケアプラザ

参加費: 100円

*基本、毎月第4水曜日

スリーAひよし

楽しく脳トレ。つながり作り

毎月 第1木曜 13:30~15:30

場所 日吉本町地域ケアプラザ

あかるくあたまをつかって あきらめない



どなたでも
いつからでも
お気軽にどうぞ

日程案内

2月 7日 (木)

3月 7日 (木)

(1月はお休みです)

参加費
100円/回

Let's

毎月第2金曜13:30~15:30

コグニサイズ

~認知機能を高めるエクササイズ~

1月 11日 (金)

13:30~15:30

参加費: 300円

予約不要です



動きやすい服装で
お越しください。
飲み物も忘れずに!

2月 8日 (金)のみ
先生お休みの為、
体力測定をします。
2月は無料です。

心地よい体操で、頭も体も元気にしましょう!

場所: 日吉本町地域ケアプラザ

デイサービスより

今年も皆さんと作ったクリスマス飾りや餅つき等、年末にふさわしい楽しい思い出を振り返りました。今年一年、デイサービスの皆さんと一緒に過ごせたことに感謝します。また来年もよろしく願い致します。

新年は、毎年恒例となっている綱島の諏訪神社へ希望者のみお参りに行きます。

車椅子の方も境内手前まで車で上がるので参拝できます。

* 写真は今年の初詣の様子です。



1月レクリエーション

楽しみながら季節感を味わうレクが満載

- ①初詣1/4(金)~1/10(木)
- ②すごろく体操1/11(金)~1/12(土) 1/21(月)~1/23(水)
- ③お手玉棒倒し1/14(月)~1/16(水) 1/24(木)~1/26(土)
- ④ピラミットしりとり1/28(月)~1/31(木)
- ⑤お餅つき1/17(木)~1/19(土) 1/21(月)~1/23(水)

* デイルーム内でお餅付をします。
味は、あんこと大根おろしが好評です♪
また、お餅が食べれない方には
代替えでポテト餅を提供しています。



