



令和8年5・6月号

KOCO かわるばん



～^{しあわせ}安心して幸福に暮らせる町を目指して～

令和8年5月25日第141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/>

ポッチャ交流会



ポッチャに興味のある方！一緒に参加してみませんか？
わいわい盛り上がりって楽しいですよ～♪
年齢は問いません。初心者でも大丈夫です！
参加は予約制になっています。ご希望の方はお申込みをお願いします。

令和8年度 開催予定日

- ・6月27日 ・7月25日 ・9月26日 ・10月24日
- ・11月21日 (第3週) ・12月19日 (第3週)
- ・1月23日 ・2月20日 (第3週) ・3月27日

*8月はお休みです

時 間：10：00～12：00 受付開始：9：45～

持ち物：飲み物・上履き

参加費：各回50円 (参加費は備品の購入代金などにあてる予定です)

お問合せ先：駒岡地域ケアプラザ 担当：氏家・櫻井・落合

TEL:570-6601

【駒岡地域ケアプラザ活動団体 メンバー募集中 一覧】

活動名	対象年齢	活動日時・場所	活動内容	会費
サルビア	65歳以上の方	金曜日（月4回） ※第5金曜と金曜祝日はお休み 13:30～14:30 多目的ホール	転倒骨折予防体操	月1,500円
なでしこ	65歳以上の方	金曜日（月4回） ※第5金曜と金曜祝日はお休み 14:45～15:45 多目的ホール	転倒骨折予防体操	月1,000円
あじさいクラブ	60歳以上の方	第1・3火曜日 10:00～11:30 多目的ホール	筋力アップ体操、玄米ダンベル運動・ウェーブストレッチで介護の要らないからだづくり	月600円
あたま会	65歳以上の方	水曜日（月3回） 第2水曜日お休み 10:00～12:00 多目的ホール	みんなでしゃべって、歌って100歳めざして元気 認知症予防活動	2ヵ月500円
MOUS こまおか	地域の方	第1・3木曜日 9:45～12:00 ボランティアルームか 地域ケアルーム	主にワード、エクセルの基礎を（MOS 上級）取得者が指導しています。 ノートパソコン持参	月2,500円 年間運営費3,000円
健康体操 カトリア	65歳以上の方	毎月第2・4水曜日 13:30～14:45 多目的ホール	高齢者の健康維持のためのストレッチや体操、筋トレなど	月1,000円
ハーモニカ メイツ	地域の方	第2・4日曜日 9:30～11:30 多目的ホール	ハーモニカ練習 デイサービスや施設の慰問活動、発表があります。	コピー代 実費のみ
育児サークル スマイルキッズ	1才～	毎月2回火曜日 10:00～12:00 多目的ホール 外遊びは10:30～	親子の仲間作りを目的に手遊び、体操、工作を行う。外出の企画もあり。	親子 2,310円 (年保険代込)
秀麗会	地域の方 こども可	土曜日（月3回） 14:00～17:00 多目的ホール	オリジナル曲で新舞踊を学べます。 着付けを教えることもできます。	3,000円 (月)
すみれ会	60歳以上の方	第2・4火曜日 13:00～15:00 多目的ホール	自分のペースで、無理なく体操できます。	無料
はまぎくの会	60歳以上の方	第1木曜日 14:00～15:00 多目的ホール	みんなで楽しく踊っています。	無料
ピンピン駒岡会	65歳以上の方	第1・3土曜日 13:00～14:00 多目的ホール	ピンピン体操 (自分のペースで椅子にかけて体操)	無料
ハワイアン ストレッチ	65歳以上の方	第1・3金曜日 10:30～11:30 多目的ホール	ハワイの心地良い音楽に合わせて、椅子に座ったまま無理なく身体をほぐします。足腰への負担が少なく、どなたでも参加できます。	500円 (1回)

※各団体の詳細については、お電話等でお気軽にお尋ねください。

見学や体験のご希望も承っております。お気軽にご相談ください

駒岡地域ケアプラザ 担当：氏家 電話：570-6601 FAX：570-6602





デイサービス
情報誌

こま劇場



お花見週間

4月行事

4/6(月)～11(土)

4月になったので、今年もお花見を行いました。

歩行訓練を兼ねて、施設の周りを散策したのですが、残念ながらほとんど桜は散ってしまっていました。

天候が悪くて中止になってしまった日もあったのですが、外を歩く機会が減っている人も多かったので、良い気分転換になったと思います。



こまこま探検隊～デイサービス紹介コーナー～

壁飾り

5月になったので、「鯉のぼり」と「兜」を飾り、季節を感じていただいています。



～ ご寄付の依頼 ～

寄付品は、ケアプラザにお持ち頂いたものを受付します。

- ・ 入浴時使用の為の「白い固形石鹸」
- ・ 誕生日プレゼント作成用の「柄布」等
- ・ 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。

～ボランティア募集～

- ・ お茶出しやご利用者様との話し相手など

* 寄付、ボランティアの問い合わせは、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。

- ☆ 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）
- ☆ 送迎ドライバー（要普通免許ですがAT限定でも可能。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

おむつバンクのご紹介



地域包括支援センターでは、自宅で使わなくなった紙オムツを地域の皆さまからご寄付いただき、必要とする方へ無料で提供する「おむつバンク」事業を行なっています。一時的にオムツが必要・オムツの使用を試してみたい、など、事情に応じてご利用いただけます。ぜひお役立てください。

また、寄付のご相談も随時受け付けております。ご連絡お待ちしております！

【注意点①】衛生上、ご寄付いただくのはパッケージが未開封のものに限らせていただきます。

【注意点②】在庫量しだいではご寄付を遠慮させていただく場合がございます。

【注意点③】寄付品からのご提供となるため、オムツの種類・サイズについてご希望に添えない場合がございます。

お問い合わせ：駒岡地域ケアプラザ 045-570-6601 担当一杉・榎本

地域包括支援センター 新入職員紹介

初めまして。4月より生活支援コーディネーターとして新卒採用の鈴木 智弘（すすきともひろ）です。生活支援コーディネーターは、地域の困りごとなどから住民と共に地域づくりをしていきます。新卒ゆえにわからないことばかりなため、色々なところに顔を出しますので、見守っていただけると幸いです。どうぞよろしくお願いいたします。

～自己紹介～

・好きな食べ物

和菓子、お茶類に合うお菓子、果物

・休日の過ごし方

たくさん寝てから散歩して気になったことを調べる

よろしくね！



高齢者も親子も
ふらっと立ち寄れる居場所



カフェ さんさん 燦燦

【開催月】

6月	4日	18日
7月	2日	16日
9月	3日	17日
10月	1日	15日
11月	5日	19日
12月	3日	17日
1月	14日	21日
2月	4日	18日
3月	4日	18日

【時間】

第1木曜日
10:00~12:30
(ラストオーダー12:00)
第3木曜日
13:30~15:30
(ラストオーダー15:00)
※8月お休み
※1月は第2木曜日と第3木曜日

【場所】

多目的ホール



コーヒー・紅茶
1杯100円(お菓子付)
(お茶もご用意しています)

ボランティアが運営する
カフェ燦燦では、親子で楽しめる
キッズスペースもあります!
高齢者の方々も多く訪れる、
誰でも気軽に立ち寄れる場所です。
ぜひ、お気軽にお立ち寄りください。

【お問合せ先】 駒岡地域ケアプラザ
電話:045-570-6601

地域の皆さまの交流を目的とし、ボラン
ティアメンバーで運営しています。
「カフェ燦燦」は、駒岡地区社会福祉協
議会から助成金を受けて運営していま
す。

発達が気になる子の親の集い

ふありひろば

子育てに心配ごと、不安を抱えている方、
障がいのあるお子さんをお持ちの方（手帳の有無は問いません）へ、
地域で支えあう場を作りたいと考えています。
こどもの成育はどのお母さんも気になるもの・・・

けれどうちの子は“ちょっと他の子と違う”や他の子はどう成長しているの？
と思ったことあるお母さん、まずはこどもの成長について話してみませんか？

※「Huali（ふあり）」は、ハワイ語で「輝く、磨きあげた、清浄な、純粋な」という意味があります。

毎月第2水曜日 10:00～12:00
（8月お休み）

場所： 駒岡地域ケアプラザ（駒岡4-28-5） 多目的ホール
対象： 未就学児（6歳くらいまで）のお子さんをもつ保護者

【お申込み・お問合せ先】駒岡地域ケアプラザ 地域交流担当：氏家
電話：045-570-6601

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。



TEL 570-6601 FAX 570-6602

※車でのご来館はご遠慮下さい。身体的な理由などで希望される方は事前にご相談下さい。

【開館時間】

- 平日で夜間帯に貸館利用団体が有る場合
⇒ 9:00～21:00
- 平日で夜間帯に貸館利用団体が無い場合
⇒ 9:00～18:00
- 日曜日、祝日の場合 ⇒ 9:00～17:00
日曜日や状況により開館時間が異なりますので、
ご利用の際には事前にご確認ください。
- 月曜日～土曜日 9:00～18:00
日曜日、祝日は17:00まで
(12/29～1/3はお休み)
- 相談専用番号は、18:00～9:00は
転送対応です。