

令和8年9・10月号

KOCO かわらばん



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9月25日第143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/

新設

< 駒岡地域ケアプラザ 休館日のご案内 >

いつも駒岡地域ケアプラザをご利用いただき、誠にありがとうございます。

地域ケアプラザの福祉・保健相談窓口の対応時間見直しに伴い、令和8年10月～、休館日を設けさせていただきます。(今年度は以下の日が休館日の予定です)

毎月第3日曜日 (10/18・11/15・12/20・1/17・2/21・3/21)

ピアノの生演奏で心も体もリフレッシュ
大きな声で歌って、すっきり明るく



歌って、脳トレ



「なつかしい名曲が、あなたの元気を引き出します！」心にのこる名曲をピアノに合わせて歌いながら、普段はなかなか動かせない「お口の筋肉」もしっかりケア。

さらに、その日の皆さんの体調に合わせた「無理のないリズム体操」も行います。

「座ったまま」でOKですので、足腰に不安がある方も安心してご参加ください。

日 時: 11月16日(月)、令和9年1月18日(月)

10:30～11:30 ※いずれか1日参加も可

会 場: 駒岡地域ケアプラザ 多目的ホール

参加費: 200円(1回) 当日集めます。

対 象: 鶴見区内の60歳以上の方

定 員: 30名(先着順)

講 師: 成沢 京子 氏

(ピアノゆうゆう塾エクセクティブ認定講師・なりさわピアノ教室)



お申込み開始は、10月13日(火) 9:30～です。

駒岡地域ケアプラザ 地域交流担当: 氏家・櫻井・落合 電話: 045-570-6601

大人の遠足

2026年3月リニューアルオープン！「江戸東京博物館」見学

約4年の大規模改修を経て、リニューアルオープンを果たした新しい「江戸東京博物館」へ出かけませんか？

江戸の伝統文化から、昭和レトロな下町の風景まで、ご自身の青春時代や幼少期を思い出す懐かしい展示が盛りだくさんです。

※日 時：令和8年12月17日(木)
9:05～13:15 ※雨天決行

※集合場所：JR 鶴見駅東口 交番付近に9:05 集合
9:15 発の電車に乗る予定です
時間厳守をお願いします

<当日のスケジュール>

- ※ JR 鶴見駅—秋葉原乗り換え
一両国駅下車
- ※ 江戸東京博物館内をゆっくり見学
- ※ 両国駅—秋葉原乗り換え—鶴見駅
にて解散

☆持 ち 物：飲み物・タオル・歩きやすい靴・動きやすい服装・交通費・年齢を確認できる身分証
江戸東京博物館 入館料400円・交通費「鶴見—両国間 往復」1,056円

☆対 象 者：鶴見区在住の65歳以上の方

☆募集人数：10名(先着順)

☆お申込み受付開始：10月27日(火)9:15～

☆お申込み先：駒岡地域ケアプラザ(担当：氏家・櫻井) 電話番号：045-570-6601



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

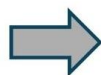
電話：045-570-6601

相談時間変更のお知らせ

令和8年10月から、地域ケアプラザの窓口相談時間を、「月～土曜日の日中」に変更します。
日・祝日の日中はコールセンターで対応しますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

【変更前】

令和8年9月まで		
月～土	9～18時	窓口・電話相談 地域ケアプラザ
	18～翌9時	電話相談 コールセンター
日・祝	9～17時	窓口・電話相談 地域ケアプラザ
	17～翌9時	電話相談 コールセンター



【変更後】

令和8年10月から		
月～土	9～17時	窓口・電話相談 地域ケアプラザ
	17～翌9時	電話相談 コールセンター
日・祝	9～翌9時	電話相談 コールセンター

※コールセンターへ転送されるのは、相談専用の番号（045-581-0519）になります。

あなたのかで変わる認知症

認知症ステップUP講座

～認知症についての正しい知識を学びましょう～



日時：令和8年10月24日（土）14時～16時

場所：駒岡地域ケアプラザ多目的ホール

内容：認知症サポーター養成講座＋αのステップアップ講座となっております。

講師：キャラバンメイト

対象：関心のある方ならどなたでも。認知症サポーター養成講座に参加されたことがある人も対象です。※キャラバンメイトの方は運営にご協力ください。

定員：30名程度

※ 認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かい目で見守る「応援者」です。

※ 参加者の方にはオリジナル保冷トートバックをプレゼントいたします！

お問い合わせ・お申込み：駒岡地域ケアプラザ：担当：樫本・一杉 ☎045-570-6601



8月行事

夏祭り週間 8 / 3(月)～8(土)

8月に夏祭り週間として、いつもとは少し違った2つのゲームを行いました。

①「流し流され」

ピンポン玉を2人1組で持った筒を傾けて転がし、次の方へ運んでいきます。

②「そうめん流し」

アクリルのパーテーションの上に垂れ下がっているそうめん？を、割り箸を使って運びます。

夏らしく、涼しげなテーマのゲームだったのですが、チームでの対抗戦だったので、とても白熱していました。

学生ボランティアの方に参加していただいた日もあり、一緒に盛り上がりました。



～ 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、デイサービスで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

お子さんと一緒に参加できます！

幼児期の「食事」どうしてますか？

バランスよく一日 3 食食べることはとても大事なことです。小さなお子さんの胃はまだ小さく消化機能も未発達です。

幼児期に必要な栄養を摂る助けになる「補食」としてのおやつにも注目した講座です。



【日時】12月11日（金）10：30～12：00

【場所】駒岡地区センター 中会議室

★お子さんと一緒に座って、参加できるようマットをご用意します★

【対象】就学前までのお子さんと保護者（ご兄弟可）

【定員】先着 20組

【講師】鶴見区食生活等改善推進員会
（駒岡・下末吉地区ヘルスメイト）

【申込】駒岡地域ケアプラザ 地域交流 氏家

電話：045-570-6601

申し込み11月11日～開始

（育ち・学びの世代向け横浜市委託事業の一環として実施します）

～ボランティア 募集～

やまぶきの会



園芸ボランティア



一歩舎三号館と協働で、駒岡地区の道路沿いやバス停のゴミ拾いをしています。

活動日：毎月第4月曜日

13:00～14:00※7・8月はお休み

持ち物：ビニール袋・ゴミを拾うトンガ・軍手

【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



駒岡地域ケアプラザ周辺の活動になります。活動終了後、ボランティア同士の交流の時間もあります。
ボランティア活動の第一歩として、参加しませんか？

【活動回数】年4回程度

【活動内容】剪定・草むしり

【活動時間】9:00～2時間程度

【持ち物】活動に必要な道具・動きやすい服装



お問合せ先：駒岡地域ケアプラザ
地域交流 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。

【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
- ※ 毎月第3日曜日と年末年始（12/29～1/3）は休館になります
- ※ 曜日や状況により開館時間が異なる場合がありますので、ご利用の際には事前にご確認ください。
- ※ 相談専用の電話番号（581-0519）は、平日の夜間（17:00～9:00）、日曜・祝日はコールセンターへ転送されます。



TEL 570-6601 FAX 570-6602

※車での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。