

参加者募集!

父親育児支援講座

パパのための! 絵本読み聞かせ講座



日時: 1/23(土) 10:30~12:00

- 内容: パパのための絵本読み聞かせ講座、子育て先輩パパから「父親の子育て」について
- 対象: パパ、お子さん、ママもOK! 先着 25 名
- 持ち物: 上履き(スリッパ等) ■参加費: 無料
- 共催: NPO 法人全日本育児普及協会

講師: 北田 禅 氏

参加者募集

毎日の子育てに感じるイライラや悩み、みんなで話して心をすこしかる〜くしませんか。



子育て中のママさん、一緒におしゃべりしましょ

日時: 1/31(日) 10:00~12:00

- 対象: 未就学児のお子さんを子育て中のお母さん *今回、お子さんの同伴は不可です。
- 内容: グループワーク、講座など *開催は1回のみ
- 人数: 25名(申込多数の場合は抽選) — 申込締切 1月26日(火) —
- 持ち物: 上履き(スリッパ等) ■参加費: 無料
- 講師: 矢野令子氏(保育士)

はじめて赤ちゃんを迎えるママとパパへ

主催: 戸塚区地域子育て支援拠点 とっこの芽 協力: 戸塚区役所こども家庭支援課

- 内容: エア沐浴体験、お世話のポイント、先輩パパ・ママとの交流会
- 対象: はじめて赤ちゃんを迎えるママとパパ (妊娠6か月以降の方) 先着 10組

参加者募集!

日時: 2/20(土) 13:30~15:00

- 参加費: 無料 ■持ち物: 上履き(スリッパ等)
- 申込: こくちーず(右のQRコード)にて申込 => ~お申込は1/5(火)19時から~



赤ちゃんを迎えるためのお世話体験会

ケアプラザで初開催!



参加者募集!

mama craft 共催

Gumi craft art ぐみ★クラフトアート

2月は ふわふわプチケーキ(食品サンプル)

- 日時: 2/7(日) 10:00~11:30
- 作品: ふわふわプチケーキ (食品サンプル)
- 講師: 下川幸子 先生
- 参加費: 800円(2こ)
- 定員: 先着 15名
- 申込締切: 2/6(土)まで
- 持ち物: 上履き(スリッパ等) 汚れてもよい服装でおいでください。



大人も楽しめる食品サンプル作りです。ふわふわしたスポンジケーキに焼き色をつけたりホイップしたり、本物みたいな可愛いプチケーキを作ってみませんか? 初めてでも大丈夫♪ お一人2個、作れますよ♪

次回3月(3/7)のクラフトは★ペーパークラフトで作る卓上カレンダーお気に入りの写真を飾っちゃおう♡

★カラー写真はHPでご覧いただけます

●お問合わせ・お申込みは 汲沢地域ケアプラザ地域係: 電話 045-861-1727

■ 汲沢地域ケアプラザ 1月の予定

★印のプログラムは申込みが終了しています

遊び場・しゃべり場 ほっとタイム	毎週水曜日	10:00~11:30 10組限定	陶芸教室★	お休み	
かいごカフェ	お休み		ぐみざわ倶楽部★	18日(月)	13:30~15:00
やきもの遊び	16日(土)	10:00~12:00	プレママプチママ集まれ	お休み	
どれみの森のお友達★	お休み		ぐみカフェ ケアプラザ店	20日(水)	13:30~15:30
			※1月は特別プログラムの為 ケアプラザへ直接お問合せ下さい		

三宅院長の健康相談 無料

日時：1月12日(火)・1月26日(火)
いずれも13時00分~13時30分
日程は変更になる場合がありますので、
ご相談は事前にご連絡ください。
連絡先：地域包括支援センター
電話 045-861-5463

ミニギャラリー

12月16日(水)午後~1月15日(金)午前
「十二支・干支 水墨画」展 馬場 芳宏様
1月16日(土)午後~1月31日(日)午前
「汲沢小学校放課後キッズクラブ作品」展
キッズクラブ参加者様
開始・終了日は、都合により変更することが
ありますので、予めご了承ください。

~介護者のつどい~

かいごカフェ

- ◆1月はお休み
- ◆2月12日(金) 13:30~15:00
「終活について考えてみましょう」
お問合わせは：地域包括支援センター
電話 045-861-5463

図書コーナー

どなたでもご利用できる図書コーナーです。
戸塚図書館の本500冊、
蔵書も3000冊以上あります。
★貸出には登録が必要です
★詳細はケアプラザまでお問合せ下さい。



ボランティアさん随時受け付け中!

下記の連絡先までご連絡下さい。ご連絡お待ちしています!担当：地域係(金子、山田)

■■ ご意見・ご感想・ご質問は ■■

「ふれあい交流ぐみぐみ編集部」

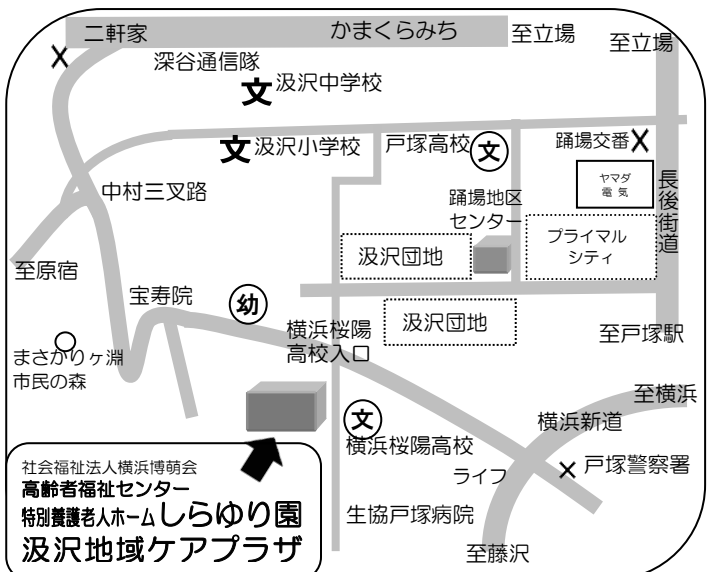
電話 045-861-1727

Eメール soumu@hakuhoukai.jp

までお気軽にどうぞ

施設の詳細はホームページアドレス

<http://hakuhoukai.jp>



●所在地・アクセス 横浜市戸塚区汲沢町 986
JR 東海道線・横須賀線及び横浜市営地下鉄戸塚駅西口バスター④番より
汲沢経由立場から徒歩15分 横浜桜陽高校前(所要約7分)下車徒歩3分

発行・編集：横浜博萌会 高齢者福祉センター
協力：ボランティアグループ「ケア友の会」

しらゆり園だより



新年明けまして おめでとうございます

今年はコロナ禍により、初詣や箱根駅伝観戦の外出行事が行えませんが、お正月を楽しんで頂けるように、新年を迎える準備をご利用者様と一緒に行いました。本年も宜しくお願いいたします。



ほほえみステーションだより

今年は家族そろって新年を迎えることも難しく、今までにない形でお正月を迎えている方も多いと思います。まだまだ猛威を振っているコロナ感染ですが、外出時のマスク着用や手洗いや消毒、うがい等、ほとんどの方は実行されていると思います。それでも意外と知られていないのが『口腔ケア』による感染予防です。虫歯、歯周病、口臭など衛生面のケアと口腔の機能を維持、向上するための機能面でのケア、この2つのケアを合わせて口腔ケアと呼んでいます。風邪と違い虫歯や歯周病は自然に治ることはなく何もしなければ悪化の一途をたどります。細菌の繁殖による他の病気の原因にもなりかねません。逆にケアをしっかり行えば免疫力を高め感染のリスクを減らすことにつながります。歯磨きだけでなく時々専門の方に見ていただくこともお勧めします。機能面では食事前に口や顎を動かし唾液の分泌を促します。それにより、しっかり物をかむことができ、口の中に食べかすが残りにくく誤嚥を防ぐことにもなります。声を出すことも必要なのですが今は家族や友人との談笑もままならず辛抱の時です。

2021年は無病息災と皆様のご多幸を心からお祈りしたいと思います。

デイサービスだより



♡今年も元気いっぱい笑顔で♡



デイサービスは1月4日より営業致します。
ぜひ見学にいらして下さい！
お待ちしております。

ケアマネジャーだより

～ご自宅で介護サービスを必要とされている方へ～

汲沢地域ケアプラザ・居宅介護支援事業所では、
要介護認定を受けられた方のケアプラン作成を
行っております。

ご病気や体力低下、大きな怪我などにより、生活に
不自由が生じた際に、住み慣れたご自宅での生活を
続けられるよう支援いたします。

今年もよろしくお願いいたします。

お問い合わせ：汲沢地域ケアプラザ
ケアマネジャーへ
電話：045-861-1727

