



初めての子育てをがんばっているママへ

赤ちゃんのいる生活は慣れてきましたか？

“休み時間”のない子育ては、毎日ほんとに大変です。

初めての赤ちゃんなら、なおさらです。

“赤ちゃんのことをだれかに聞きたい”、

“ほかのママはどうしているの？”と思っていたら
どうぞ赤ちゃんと遊びに来てください。

地域の子育てのベテラン先輩や、保育園の先生が
育児のことやあなたの話を聞いてくれますよ。



汲沢地区主任児童委員・汲沢保育園/共催

無料

新米ママも、新米妊婦さんも！

ふしママ・ふしママ、
集まれ！



■日 時/ 毎回 13:00~14:30
5/29 (水)、 6/26 (水)、 7/31 (水)
10/30 (水)、 11/27 (水)、 12/25 (水)

* 1回毎の申込みです。

■内 容/ 汲沢保育園の先生による
赤ちゃんとの遊び方、
絵本の読み聞かせ
赤ちゃんおもちゃ等の手作り など

■対 象/ 10ヵ月までのお子さんのお母さん、
妊娠中の方 (いずれも第1子対象)

■申 込/ 4/1 より、先着8組

■場 所/ 汲沢地域ケアプラザ

参加ママ
募集

参加者募集！

mama
craft 共催

Gumi craft art

ぐみ★クラフトアート

●日 時：5/22(水)
10:00~12:00

●作 品：カラーワイヤー
アクセサリ

●講 師：須田裕子 先生

●参加費：1,000 円

●定 員：先着 5 名
小学 2 年生以下は大人の
付き添いをお願いします。

●申込締切：4/1~5/15

●場 所：汲沢地域ケアプラザ

●持ち物：ラジオペンチ、ニッパー (なくても OK)
上履き、持ち帰り用の袋、飲み物



★ペンダントトップのサイズは
横 5cm・縦 6cm です

おとなも こどもも いっしょにかわいいもの作りましょ♪

5月はカラーワイヤーアクセサリ

カラーワイヤーとお好きなビーズで素敵なペンダントを作りましょう！今回は平日開催なので、大人向けのクラフト講座です♪



次回6月(6/9)の
ぐみクラフトアートも
かわいい作品を作ります♪お楽しみに☆
詳しくはぐみぐみ5月号でご案内します。

●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

1 F 汲沢地域ケアプラザ どなたでも使える 図書コーナーです

★新しい★

本

入ってます

- 星を編む / 凧良 ゆう
- 椿ノ恋文 / 小川 糸
- 今日、誰のために生きる？ / ひすい こうたろう
- おばけのやだもん しんごうだいぱにつく / ひらの ゆきこ
- おばけのやだもん こわーいおばけやしき / ひらの ゆきこ
- まほうのわくわくおにぎり / まいのおやつ
- ノラネコぐんだん ペこペこキャンプ / 工藤 ナコ

★貸出は窓口まで

★休憩や勉強に
どうぞ



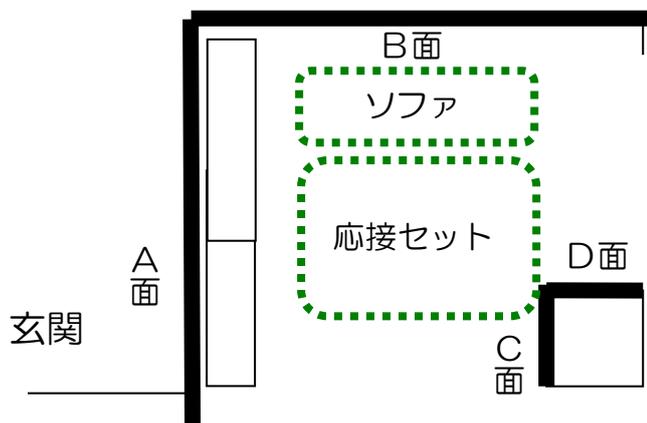
ミニギャラリーでああなたの個展を！

汲沢地域ケアプラザの入口近くに“どなたでも展示ができるミニギャラリー”があります。心ませるふれあいの場にもなっています。みなさまの心のこもった作品の展示をお待ちしておりますので、お気軽にお問合せください。

*3月1日～31日の間：及川様、内田様「現代美術抽象画」二人展を紹介させて頂きました。

*4月1日からはきらきら会様の「折り紙・ちぎり絵」などを紹介しています。どうぞ鑑賞下さい。 ☆空き情報：8月1日から年末にかけて、展示スケジュールに空きがございます

- | | |
|--------|---|
| ★ 作 品 | 絵画・書・写真・手芸品など主に壁面に飾れる作品 |
| ★ 期 間 | 毎月 ①1～15日、 ②16日～月末 |
| ★ 展示方法 | 作品は、各自で搬入・搬出し展示もお願いします。
※ 作品の管理はご自身でお願いします |



《展示スペース》

A面・・・縦 150 cm 横 430 cm

B面・・・縦 150 cm 横 335 cm

C面・・・柱巾 64 cm

D面・・・柱巾 60 cm

*ピクチャーレール(可動フック付き)
設置

● 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 4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組程度	陶芸教室★	6日(土) 13日(土)	9:30~12:00
かいごカフェ	18日(木)	13:30~15:00	ぐみざわ倶楽部★	15日(月)	13:30~15:00
ぐみカフェケアプラザ店	17日(水)	13:00~15:00	ぐみクラフトアート	14日(日)	10:00~12:00

三宅院長の健康相談

日時：4月 9日(火) 13時~

4月 23日(火) 13時~

無料

日程は変更になる場合がありますので、
ご相談は事前に下記へご連絡下さい。

地域包括支援センター 045-861-5463

ミニギャラリー



4月1日(月) 午後~4月15日(月) 午前
【おしゃべりサロン「ふらっと」活動作品】展
きらきら会 様

5月1日(水) 午後~5月31日(金) 午前
【切り絵】展
田辺 久子 様

~介護者のつとめ~

かいごカフェ



◆4月18日(木)

認知症①病気を正しく理解しましょう
(今年度は認知症について3回に分けて学びます。)

◆5月16日(木)

介護保険を活用しましょう
お申込み・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。
蔵書も3500冊以上あります。

★貸出は窓口で行っています。

話題の本、人気の本も入っています！
どうぞお気軽にご来館ください。



■■ ご意見・ご感想・ご質問は ■■

「ふれあい交流ぐみぐみ編集部」

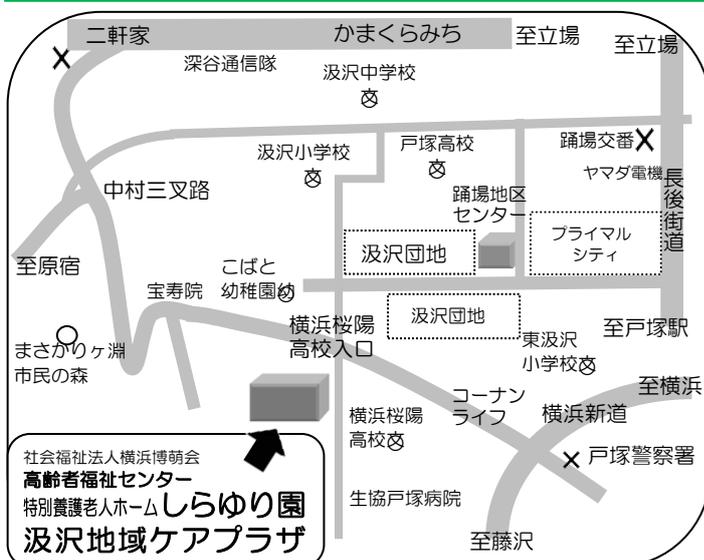
電話 045-861-1727

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>



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」

●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センター④番より
汲沢経由立場からミルバス 横浜桜陽高校前(所要約7分)下車徒歩3分

自然の災禍を教訓として、すべての人々が 安心安全に暮らせることを心から願います。

13年前の震災時、ここ汲沢地区でも大きな揺れを感じ、停電や交通手段の麻痺などの被害を受け、改めて大災害の恐ろしさを実感しました。今年には新年早々に令和6年能登半島地震があり、より一層日頃からの心構えの大切さを学びました。

この震災の教訓を生かすためにも、お住まいの地域の防災、町内会や自治会の取り組みについて、確認してみましよう。



地震大国に住む私たちは時折、思いがけない自然の災禍を経験します。そして、日本人の「助け合いの心」と、「感謝の心」を再確認する機会にもなります。

被災に会われた方々、そして現在も災禍と戦っている方々のためにも、私たちはその経験を決して風化させてはいたくないと思います。

写真：東日本大震災津波伝承館

「いわて TSUNAMI メモリアル」<陸前高田市>

出典：公益財団法人さんりく基金 三陸DMOセンター ホームページ
「さんりく旅するべ〜岩手三陸観光ガイド〜」より

地震発生時



まずは

いっとき 一時避難場所へ！

近くの公園や
空き地など

いっとき
一時避難場所

周囲の様子を見たり、次の避難場所に移動する前に一時的に集まる場所です。予め自治会・町内会で定めている地域もありますので確認しましょう。



広域避難場所

大規模な火災が発生した場合、熱や煙から身を守る為に火災がおさまるまで一時的に避難する場所です。(旧深谷通信所・横浜市消防訓練センターなど)

地域防災拠点
(小学校・中学校)

※市内震度5強以上で
開設します。

家屋の倒壊や焼失などにより自宅での生活が困難になった時に、一時的に避難生活をする場所です。地域の皆さんが中心となり、学校や行政と連携して運営を行います。また、食糧・救援物資の配布や生活情報の提供、家族の安否確認などを行う場所です。



デイサービスだより

研修風景

皆様が安心してご利用して
頂けるように、職員一同様々な
研修に取り組んでいます♪



車椅子操作の研修
悪路の走行・階段昇降



感染症研修
ガウンテクニック・消毒方法



救急救命研修
心臓マッサージ・AED 操作

ケアマネジャーだより

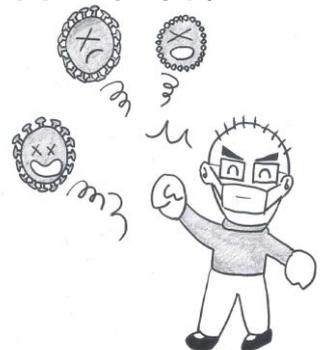
～今年度もよろしくお願ひいたします～

汲沢地域ケアプラザでは、5名のケアマネジャーが在籍し、要支援、要介護認定を受けられた方のご自宅での生活をサポートしております。

暖かくなり、外出への意欲が沸く季節ではありますが、感染症の脅威は完全に去ったとは言い難い状況が続いております。今後も一人ひとりが、手洗いや消毒、人が集まる場所でのマスク着用など、「正しく恐れる」対策を継続してゆきましょう。ケアマネジャーも同様に、毎日の体調管理を行うと共に、自身が媒介とならないように感染対策を続けてまいります。

今後ともよろしくお願ひいたします。

日頃から体調を整えて
ウィルスを寄せ付けない
ようにしましょう。



ケアプランのご相談は 汲沢地域ケアプラザ：電話 045-861-1727 まで

しらゆり園だより

ご利用者様と一緒に1階にある雛人形を見に行きました。
皆様「自分のうちではこんなに大きなものは飾ってなかったなあ」とか
「可愛いわねえ」と言われ楽しんでいました。

