



横浜市上矢部地域ケアプラザ

がみヤベ

2025

1

January

広報



発行元：横浜市上矢部地域ケアプラザ 発行責任者：所長 加藤 美雪 発行日：令和6年12月25日
電話：045-811-2442 FAX：045-811-2499 E-mail：plaza@deainokai.com

広報誌はWEBでもご覧いただけます。
<http://www.kamiyabe-cp.com>

新年のご挨拶

横浜市上矢部地域ケアプラザ所長

加藤美雪

明けましておめでとうござい
ます。

今年はい年です。巳年は成長
と変化の象徴とされ、特に「転
換の年」や「物事が大きく進展
する年」と知られています。地
域の活動が活発になり、ケアプ
ラザの事業も安心してできるよ
うになり笑顔が増えています。

いつもの活動の中でも、淹れた
てコーヒーを飲みながらおしゃ
べりがはずむいいじいカフェ、伴
奏に合わせて歌う歌声喫茶、親
子で楽しむサロンなどが好評
で、皆さんに喜んでいただけた活
動を目指していきます。それか
ら、介護などの相談も受けて解
決するように努めます。

今年が新しい可能性が開け
る年となり、ますますの発展と
飛躍が出来るように職員一同頑
張りますのでどうぞよろしくお
願いいたします。

音楽交流広場 in 上矢部

0歳から楽しめるコンサートに行っ
てみよう！音にふれる、音とあそぶ！
みんなで一緒に楽しもう♪

日 時：令和7年2月9日(日)

①10:00～10:30(9:30開場)

②11:15～11:45(10:45開場)

※①②は同内容

場 所：上矢部地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象：子どもと保護者

定 員：各回20組

※子ども2人、保護者2人まで

申込開始日：令和7年1月11日(土) 10:00～

申込み：電話(045-811-2442)

または来館にて



しましまのおんがくたい

音楽レクリエーションショーケース

♪音楽レクリエーション健康講座・笑って学ぼう♪

人生100年時代！

音楽で認知症・フレイル予防をしましょう。



日 時：令和7年2月4日(火) 10:00～11:30

場 所：上矢部地域ケアプラザ 多目的ホール

講 師：堀越美和氏(JMRECマイスター音楽療法士)

松林純子氏(JMRECマイスター健康運動実践指導者)

対 象：地域の方どなたでも40名

(認知症予防・フレイル予防に興味のある方・地域のリーダー
として活躍したい方・地域や家族を元気にしたい方など)

申込み：電話(045-811-2442)または来館にて

ミニデイサービス

～コーロ・ドルチェコンサート～

今回のミニデイサービスはコーロ・ドルチェミニコンサート
を開催します。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



日 時：令和7年2月8日(土)

お茶のみサロン 10:00～10:35

演奏会 10:45～11:30(演奏会のみ参加可)

場 所：上矢部地域ケアプラザ地域ケアルーム
(お茶のみサロン)、多目的ホール(演奏会)

出 演：コーロ・ドルチェ

対 象：地域にお住いの概ね65歳以上 参加費：無料

申込み：電話(045-811-2442)または来館にて

1・2月 事業予定 ケアプラカード対象事業

赤字の事業は毎回申込み必須です(先着順)

子育て支援	子連れdeヨガサロン (未就学児の親子) 申込み随時受付中		1月16日(木) 2月20日(木)	10:00~11:00
	赤ちゃん教室 (1歳未満)		1月8日(水) 2月12日(水)	10:00~11:30
	かみやべGO (未就園児)		1月お休み 2月14日(金) 上矢部ケアプラザ	10:00~11:30
障がい支援	はなうた		1月お休み 2月お休み	10:15~12:15
	あつたまり場 (こころの病の方)		1月9日(木) 2月13日(木)	14:00~15:30
高齢者支援	ミニデイサービス 毎月15日~受付		1月お休み 2月8日(土)	10:00~11:30
	おしゃべり スポーツ喫茶		1月16日(木) 2月20日(木)	14:00~15:00
地域支援	歌声喫茶 毎月25日~受付		1月15日(水) 2月19日(水)	第1部 13:30~14:15 第2部 14:45~15:30
	上矢部 健康麻雀教室		1月13日(月) 1月27日(月) 2月10日(月) 2月24日(月)	12:00~16:30
	いいいいカフェ (コミュニティカフェ) 淹れたてコーヒー 1杯100円		1月お休み 2月3日(月)	10:00~12:00

戸塚ファミリークリニック 齋藤院長の健康相談

1月17日(金) 13:00~14:00
電話にてご予約ください。

ケアマネつうしん

明けましておめでとうございます。昨年、どんな1年だったでしょうか?今年、どんな1年にしようかと夢を膨らませているでしょうか?

今年巳年となりますね。



蛇のイメージから「再生と変化」

を意味します。脱皮し強く成長する

蛇は、その生命から「不老長寿」を象徴する動物、又は神の使いとして信仰されてきました。日本では白蛇が特に縁起の良い生き物として知られ、財運や繁栄をもたらすと信じられているそうです。

白蛇は弁財天の使い、または化身とされており、弁財天が祀られている神社に参拝すると財運が上がると言われていているそうです。

蛇のお守りを身につける、お財布に入れておくことで、ご利益が上がるそうです。

今年1年が皆様にとって幸多い年となりますようお祈り申し上げます。

平馬・橘・佐藤



デイサービスより

干支作りも4年目!!『巳年』
金運向上の1年になるように願いを込めて完成しました。

蛇は苦手…な方が大勢いますが、
愛嬌たっぷりの出来栄に早くも人気者です。



ご利用希望の方は担当までお問い合わせください。

担当：菅野・森

日々雑感

最近まで猛暑が続いていたのが12月に入り気温がぐっと下がりましたね。

毎朝の犬の散歩で朝焼けから太陽の光を見るのがストレス解消となっています。(時々寝坊しますが)朝日、とても綺麗ですよ(い)



横浜市上矢部地域ケアプラザ

掲載情報のお問い合わせやご質問、ご意見、ご要望は下記まで。また介護申請・相談の際は事前にご連絡ください。

電話：045-811-2442

戸塚駅西口より
上矢部高校・領家中学校
経由戸塚駅循環バス
「上矢部地区センター前」
下車徒歩1分

