

# 横浜市鴨志田地域ケアプラザ

# 11月 鴨 め る



令和3年11月 第213号

社会福祉法人 ふじ寿か会

横浜市鴨志田地域ケアプラザ

青葉区鴨志田町 547-3

TEL 045-961-6911

FAX 045-960-6011

青葉警察署生活安全課より…

注意喚起をお願いします

\*\*\* 身近なエリア情報 \*\*\*

日本体育大学前のみずほ銀行ATMへの誘導も多発！



地域の皆さんに伝えたい最新情報

還付金詐欺に注意！！

電話で「医療費の還付」、「保険料の払い戻し」と言わされたらサギ！  
還付金などの手続きはATMでは絶対にできません。  
電話をしながらATMを操作していたら還付金サギの可能性大！

10月11日(土)～20日(月)は安全・安心まちづくり旬間です。

それはサギ！！

その電話、詐欺です！



- 「暗唱番号」を教えて。
- 「キャッシュカード」取りに行きます。

- 「還付金」があります。
- 「ATM」で手続きができます。
- 「登録料が未納」です。

迷惑電話には  
出ないことが重要です！！

● 留守番電話設定

● 迷惑電話防止機能の活用

- 「ギフトカード、ウェブマネー」を  
買ってください。

留守番電話設定のお願い！

- 「犯人は留守番電話を嫌います。」
- 「常に留守番電話設定を！」
- 「留守番電話が作動する前に取らないで！」
- 「迷惑電話防止機能付き機器の購入検討

「鴨の花のとも」共催 クリスマスアレンジメント講座

【開催日時】 11月27日(土) 10:00～12:00

【対象・定員】 小学生～大人の方 先着20名

※小学4年生以下は保護者同伴で

【参加費】 大人用 1つ 2,000円

子ども用 1つ 1,000円(材料費含む)

【持ち物】 マスク着用、上履き、外履き入れ

自宅で作品を活ける花器(任意)、作品を持ち帰る袋



青葉区IT活用支援事業 zoom体験講座

第1回 10月15日(金) 14:00～16:00

【内容】 参加者としての使い方を学ぶ

第2回 10月22日(金) 14:00～16:00

【内容】 主催者としての使い方を学ぶ

※空き状況、その他要問合せ 参加費無料

青葉区版エンディングノート講座

「在宅で看取るって大変ですか？(WEB視聴)

講演 これからの“地域での支え合い”的話  
～元気な時から、備えと覚悟～

講師 千場 純 医師

社会福祉法人心の会 理事（名誉会長）

社会福祉法人心の会 三輪医院 院長

■ ZOOMでのWEB視聴(定員:先着80名)

令和3年

10/29 金

14:00～15:30

参加費無料・要申込み

WEB視聴申込みはQRコード  
からでもできます!!



\* WEB視聴専用申込みURL

<https://forms.gle/FLAHb6UApGsGgcRC8>

# 【ケアプラザからのお知らせ】

\*\*ケアプラザのご利用に関するお知らせ(9月10日現在)\*\*\*

当ケアプラザでは、横浜市の利用条件に基づき施設運営を行っております。

【開館時間】9:00~18:00。18:00~20:00までのご利用は事前利用申請が必要です。

【予約受付状況】8月18日より新規利用(貸館)のご予約は受付しておりません。

【貸館利用店員】従来の定員の50%

\*\*\*\*\*  
地域包括支援センターの相談窓口、ケアプラザの自主事業は開催しております。

既に申込みされた講座や、日頃お通いの活動について「休止」の連絡がないものは概ね開催しております。日程の確認、ご不明な点は遠慮なくお問合せください。

※ こちらにお越しの際は、マスク着用、上履き、外履き入れ持参をお願いいたします。

来館時は検温・手指消毒などにご協力頂いております。講座申込は電話でも承れます。

介護者の  
つどい

【開催日時】11月25日(木) 13:30~15:00 参加費無料

困っていることや悩んでいること、介護保険制度のことなど。お気軽にお越しください。

【対象】介護をされている、介護をされていた方



歴史謎解きシリーズ 第2弾 「鎌倉殿が殺した13人！」

神奈川歴史研究会理事 講師 真野信治 氏

【開催日時】12月8日(水) 13:00~14:30

【参加費】各回300円(資料代含む) 【対象・定員】おとなの方 20名(先着順)

鎌倉殿(源頼朝)は、晩年悪夢にうなされていた!それはあまりにも多くの人を殺してしまったからである。頼朝がつくりあげた日本初の武家政権、鎌倉幕府!しかし、その陰には何人もの傑出した人物が犠牲になっていた。



浮世絵から学ぶシリーズ「浮世絵から旅と歴史の楽しみを味わう」

浮世絵  
楽学会

講師 中村康男 氏 江戸の伝統文化と市川団十郎のルーツに迫る!

【開催日時】11月11日(木) 13:00~14:30

【対象・定員】おとなの方 20名(先着順) 【参加費】各回300円(資料代含む)

日本体育大学連携講座 防災講座

第1回講師 日本体育大学保健医療学部 准教授 中澤真弓 氏

救急蘇生：災害医療学研究室

【第2回】～身近にあるものを使った応急手当ての実践～

【開催日時】12月19日(日) 13:00~15:00

【対象・定員】一般、小・中・高・大学生 先着15名

ふれあいボッチャ体験会

協力：中里北部連合町内会・中里北部スポーツ推進委員連絡協議会

※10月10日(日)開催の、  
第1回目の～防災対応ゲーム  
「クロスロード」で参加者と意見を  
交わそう～に参加していない方で  
も2回目からお申込みできます。

【開催日時】11月13日(土) 10:00~11:30

【対象・定員】小学生以上の方 先着20名 参加費

無 料

ボッチャとは、ジャック(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当たりして、いかに目標球に近づけるかを競います。どなたでも楽しめる競技です。

ハッピー!父親育児支援講座 全2回

【開催日時】第1回目10月31日(日)

第2回目11月14日(日)

参加費

無 料

共通／10:30~12:00

【対象・定員】0歳~未就学児までの家族、

これから親になる方 先着20組

横浜市推奨の講座です。自らも子育て奮闘中で、  
多くの地域で登壇している先輩パパが講師です!

【所長から一言】

11月は年の終わりも近づいてくる季節となっています。今年定めた目標をどれだけ達成できたのか、今一度振り返ってみても良いかもしれません。

見直してみて順調であれば、そのまま良いサイクルで日常生活を過ごし、もし目標への到達が難しいようであれば、日常生活から見直しを図り改善してみましょう。

今年もいよいよ終盤が近づいてきておりますが、体調に気をつけつつ、やるべきことに取り組んでいきましょう。

日曜開催!

# 子育て初めての一歩 &体を使った遊び



日曜日！ママはお家でのんびりと・・・  
パパとお子様だけの参加でもいいよね！

参加費  
無料

ママもパパもみんなで一緒に参加も楽しいね！！

## 第1回目： 子育て初めての一歩&体を使った遊び

【開催日】 10月31日（日）  
【時 間】 10時半～12時

★内容★ からだを動かしてお子様と楽しく遊ぶコツをレクチャーします！  
また、育児をするうえで大切な夫婦のコミュニケーションについても考えます^^

【講師】 高橋範慈氏  
NPO法人全日本育児普及協会 認定講師

### 自己紹介

2児の父。（4歳男、1歳女）  
2020年4月緊急事態宣言下での第2子出産を機に、働き方をリモートワーク中心に切り替え、子どもとの時間を第一に、共働きの妻と育児に奮闘中。  
休日は趣味のドラム・ギター演奏や、野球・サッカーにて子どもたちと汗を流す。

### 各回共通のお知らせ

【会場】 横浜市鴨志田地域ケアプラザ

【対象】 0歳から未就学児までの家族、これからパパやママになる方々

【持ち物】 動きやすい格好、お飲み物、ハンドタオル、上履き・外履き入れ  
マスク着用（お子様任意）、

※汚れたオムツは持ち帰りになります。

※当日、駐車場の貸し出しができません。予めご了承ください。

## 第2回目： 絵本の読み聞かせ&仕事と育児の両立

【開催日】 11月14日（日）  
【時 間】 10時半～12時

★内容★ 絵本の‘読み聞かせ’や、絵本選びのポイント・オススメの絵本などを楽しく解説♪また、「仕事と育児の両立」をして家族の時間をハッピーに♪♪

【講師】 野崎聰司氏  
パパママ子育て応援部・Hiタッチ!!代表  
NPO法人ファザーリングジャパン  
・多摩支部 代表

ファザーリングジャパンスクール  
・産前産後クラスリーダー

【自己紹介】  
★パパスイッチが入った瞬間：  
「妻から妊娠報告を聞いたとき」  
★子どもとの遊び：  
絵本、お掃除、パズル、肩車etc  
★心がけ：妻のお話をしっかり傾聴（笑）  
★育休取得歴：第2子取得決定



鴨志田CP  
地図

【お申込み】 電話または窓口 横浜市鴨志田地域ケアプラザ（鴨志田町547-3）  
(担当／地域活動交流) ☎ 045-961-6911