

デイサービスからのお知らせ

レクリエーションの様子



6月

「季節の製作」として5月は鯉のぼりを作りました。たくさんのカラフルな鯉が、ダイルールの天井や壁を泳ぎました。また、体を使ったレクリエーションとしては「紅白旗上げ」や「洗濯バサミすくい」等を行いました。見ているよりも実際にやってみると難しい！という声が多かったのが「輪投げ」です。輪が上手に入ると、歓声や拍手が起こっていました。

メニュー紹介



根菜スープ

食物繊維がたくさん入った、お腹にも体にもやさしい絶品スープです。



茄子のミートグラタン

茄子と挽肉がじっくり焼いてあり、やわらかくて食べやすかったとのことお声を頂きました。

新スタッフ紹介



いわひら まなみ
岩平 真菜美

4月12日付で入職しました。一生懸命頑張りますので、よろしくお願いいたします。

ちょこっと地域情報

花くらぶ

場所:根岸地域ケアプラザ
ボランティアルーム
毎月第4月曜日13:00~

仲間と集い、おしゃべりをしながら手芸や工作、折紙、編み物などを楽しんでいる地域活動グループです。
年間を通し、プログラムを決めて行っています。時間内ででき上がらないときは持ち帰ることもありますが、次の会に仲間に教えてもらいながら仕上げることもできます。
指先を使い、考えながら作業することが介護予防に、みんなと集うことで社会参加にもつながります。
針を使うので、何本持ってきたか、自分で管理しています。(あと2人程度参加申込可)



元気づくりステーション 上町健康体操教室

「上町健康体操教室」は歩いて行ける身近な場所で、介護予防や健康づくりに取り組む「元気づくりステーション」の1つとして、令和4年4月に産声を上げたばかりです。

毎月第2火曜日、10時から上町会館で講師の指導の下、体操をしています。8月と1月は体操以外の健康に関する講座を予定しています。プログラムは参加者がみんなで企画し、講師を選んだり依頼したりしています。「元気づくりステーション」は横浜市と協働して行っている事業でもあるので、区役所と連絡を取り合いながら運営しています。

仲間と役割を分担して活動する事で、主体的で継続的な健康づくりができます。新しい仲間ができる事もうれしいですね。(申し込みが必要です)



お問合せ:根岸地域ケアプラザ 751-4801 坂井まで

ケアマネージャー通信

居宅介護支援部門(ケアマネージャー)のご紹介



よろしくお願いします



左から小高智代美 今年の3月中旬より入職しました。よろしくお願いいたします。
石井 幸子 今まで通り、一生懸命に頑張りたいと思います。
洞 レイ子 5月1日付でケアマネージャー部門に異動になりました。

上記3人に所長を含めた新たな体制で、介護保険サービス等のご相談に乗らせて頂きますので、どうぞよろしくお願いいたします。なお、橋詰は包括支援センターに異動になりました。

横浜市根岸地域ケアプラザへのご意見、ご要望、お気づきの事、改善して欲しい事などお伝えください。館内設置のご意見箱またはQRコードをご利用下さい。

