

ほっと
サロン 青葉



横浜市青葉区
荏田西2-14-3
ハーモス荏田2F
(休館日/10/1～
日曜日になります。)

テーマは

はいぶつ きしやく

どうして「廃仏毀釈」が起きた？

明治の初め、各藩で寺院、仏像、仏具、梵鐘など
数多くを破壊した全国的暴挙

「こころの悩みをお聞かせください」 <http://h-aoba.or.jp>

青葉区生活支援センター「ほっとサロン青葉」は青葉区の精神障がいの方のための生活支援センターです。心の病で悩んでおられる方々が出会い、気づき、そして自分らしさを大切に過ごせる居場所です。成長期の若い方は、反抗期と精神障がいの区別がつかず、親も気づかないままになってしまうこともあります。ご家族や周囲の方で心配を感じたら気軽に立ち寄ってみてはいかがでしょうか？「ほっとサロン青葉」では電話相談も随時行っています。

下記のお日にちに鴨志田地域ケアプラザで「ほっとサロン青葉」が出前サロンを開催します。心配を抱え込まず、この機会に気軽に相談してみてもいいでしょうか？

鴨志田地域ケアプラザへの出前サロンのご案内

～ 精神的な病の心配のある方や、そのご家族が対象です。～

日頃の悩み・一人暮らしへの不安・将来の目標などのご相談に応じます。不安や知りたい情報がある方、お茶を飲みながらゆっくりお話ししましょう。もしかしたら心の病気かも・・・と感じる方もどうぞご参加ください。

～ ご相談は精神保健福祉士がうかがいます。～

日時：令和2年10月21日(水) 14:00～16:00

場所：横浜市鴨志田地域ケアプラザ 地域ケアルーム

問合せ先：☎ 045-910-1985 (ほっとサロン青葉/寺西)



悠タみのりサロンDE「やさしい歴史講座」

月替わりで様々なテーマで話しを聞いたり、語りあった後に、手作りデザートでティータイム。ボランティアさんと一緒にお待ちしています。

開催日時：毎月第4水曜日に開催！次回は9月23日(水)

時間：13:30～16:00

対象：おとなの方 定員：10名(先着順)

申込み：電話か窓口予約

参加費：お1人 400円(おやつ、コーヒー代含む)

持ち物：上履きと外履き入れ、マスク着用の上ご来館下さい。

介護者のつどい

介護に携わっている方も、携わっていた方も参加してみませんか？日頃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。参加費無料、当日参加も可能です。

【開催日時】毎月第4週木曜日 **次回/9月24日、10月22日**

【時間】13:30～15:00

【持ち物】上履きと外履き入れ、必要に応じて飲み物をご持参ください、マスク着用の上ご来館下さい。

申込み・予約

鴨志田地域
ケアプラザ



(961)
6911

【10月の予定】 ☆彡 予定に変更が生じる場合がございます。 ☆彡 ご了承館前にお気軽にケアプラザ迄お電話ください。

注) 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、再開を見合わせている事業があります。
下記以外の活動については、開催の有無を来館前に電話でお問い合わせください。

協力医による健康相談	月2回火曜日	※要問合せ	13:30~14:30
鴨志田ノルディック	1日	17日	※時間は要確認
鴨のお楽しみ会	1日		13:30~15:30
鴨 jr.English	1日	8日	15日 29日 小学生対象 ※時間は要確認
デッサンから学ぼう	1日		13:00~15:00
鴨のお茶の間	2日		13:30~15:00
はまちゃん体操	2日	16日	※要予約 10:10~11:00
ミニデイサービスひろがりサロン	5日	12日	26日 ※内容や時間は要問合せ
親子のひろば かも☆ん	6日	20日	※要予約 10:00~11:30
布あそび	6日	※事前申込制	9:30~11:30 (9月時間変更有)
子育て相談会場	7日	14日	21日 28日 ※区のHPを確認してください。
ひまわり体操	7日	21日	13:30~15:00
鴨志田ウォーキング	14日午前出発		初めてご参加の方はケアプラザに電話申し込みをして下さい。コース他、ご説明します。
鴨ちゃん健康クラブ	20日	※事前申込制	
鴨の花のとも	24日		10:00~12:00

♥ 鴨のお楽しみ会 (折り紙) ♥♥ シルバーリハビリ体操 再開! ♥

トピックス 講師の丁寧な指導で10月は「ハロウィン」のモチーフを用和気あいあいおしゃべりしながら折りましょう! 【開催日時】 偶数月 第1木曜日 13:30~15:30 【時 間】 13:30~15:30 【対象】 大人の方 【定 員】 要予約 定員12名 (先着順) 【申込み】 電話または窓口予約 【参加費】 お一人 300円/回 【持ち物】 ハサミ、上履きと外履き入れ、必要に応じて飲み物をご持参ください、マスク着用の上ご来館下さい。	理学療法士さんの無理のない丁寧な指導で、体力に不安がある方もご参加できます。コロナ禍の虚弱のケアに最適です。 【開催日時】 毎月第2.4火曜日 ※途中参加可 【時 間】 14:00~15:00 【対象】 大人の方 【定 員】 要予約 定員12名 (先着順) 【申込み】 電話または窓口予約 【参加費】 お一人 3か月で3,000円 +年間保険料750円初回徴収。 【持ち物】 上履きと外履き入れ、必要に応じて飲み物をご持参ください、マスク着用の上ご来館下さい。
--	---

* =所長のひとこと= *

まず初めに、地域の皆さまと共に歩む年月の中で、「鴨めーる」も(祝)“200号”を迎えることができましたこと、心より感謝申し上げます。季節の巡るのは早いもので、「食欲の秋」を迎えましたね。いわれは、食物の収穫期や冬に備えての体づくりといわれます。しかし、現代は食べ物が豊富すぎて、健康管理の意識が求められます。食べ過ぎず、ほどほどにするバランス感覚で健全な身体を保ちたい今日この頃です。

社会福祉法人 ふじ寿か会

横浜市鴨志田地域ケアプラザ



横浜市青葉区鴨志田町547-3

TEL (045)961-6911

FAX (045)960-6011

HP <http://www.fujizuka.com/plaza/>