



ケアプラザ自主事業



事業名	日時	申込・定員 参加費・対象	内容・その他
介護者のつどい 	奇数月は第4金曜日 偶数月は第4水曜日 13:30~14:30	【対象】現在介護をされている方 【定員】5名 【参加費】無料 【申込み】電話又は窓口にて随時受付	介護者同士で日頃の悩みや想いを語り合い、「安心して何でも話せる場所」を皆さんで創りましょう。
ふれあい介護サロン 「知っておきたい健康講座」	10月29日(木) 13:30~14:30	【対象】現在介護をされている方・関心のある方 【定員】先着15名 【参加費】無料 【申込み】電話又は窓口にて随時受付	寒い季節に向けての冷え対策や、ご自宅でできる体ほぐしの体操をご案内いたします。
健康セミナー 	10月28日(水) 14:00~15:00 (受付13:40から)	【対象】地域の方 【参加費】無料 【申込み】10月26日までに電話にて受付。	地域ケアプラザ協力医今井醫院 今井那美院長による講話。 今回のテーマは「今年のインフルエンザ」についてです。
赤ちゃんひろば 	毎月第3水曜日 10:00~11:30 (受付9:45から)	【対象】近隣在住の0歳から3歳までの子どもと保護者 【定員】6組12名 【参加費】奇数月200円/偶数月100円 【申込み】各期日より電話にて受付	奇数月はリトミック講師を招いて、リズム遊びを楽しみます。 偶数月はおもちゃを広げて、自由に子どもを遊ばせながら、子どもと保護者同士の交流の場にお使い下さい。
はじめてのちぎり絵講座	10月31日(土) 13:00~14:45 (受付12:45から)	【対象】小学4年生以上の学生・成人の方 【定員】先着10名 【参加費】500円 【申込み】10/12(月)~電話にて受付	はじめての方を対象にちぎり絵講座を行います。 一緒に秋の訪れを色紙に彩りませんか?
お父さんの育児講座 	12月6日(日) 10:00~11:30 (受付9:45から)	【対象】父親と未就学児 【定員】10組20名 【参加費】無料 【申込み】11/11(水)~電話にて受付	コロナ時代のイライラしない子育て&夫婦のパートナーシップをテーマに、お父さん向け講座を開催します。
ままとベビーの体操 「びよびよ」 	11月10日・11月24日・12月8日・12月22日・1月12日・1月26日・2月9日・2月23日 全て火曜日 8回 10時~11時30分 (受付9:45から)	【対象】:初回11月10日時点で近隣在住の4ヶ月から12ヶ月の子と母親 【定員】:6組(先着) 【参加費】:2400円(講師料/保険料/手具以外料他) 【申込み】:10/12(月)~電話にて受付	ボール・ベル・ベルダー3つの用具を使用した、誰でも楽しめる3B体操で、産後のシェイプアップと母子のコミュニケーションを深めます。座談タイムで情報交換も出来ます。

特殊詐欺(オレオレ詐欺等)にご注意!



令和元年度磯子区の被害総額 1億6600万円

「私は大丈夫。ひっかからない。」は、危ない!

封筒すり替え型のキャッシュカード詐欺が急増

警察官や銀行協会、大手百貨店等の職員を名乗り訪問。「キャッシュカードが不正に利用されているので使えないようにする。」などと言って、キャッシュカードを封筒に入れさせ、隙を見て別の封筒とすり替え、盗み取る手口です。実際にはキャッシュカードが入っていない封筒を「大切に保管してください」と渡される為、盗まれたことに気づくのが遅れます。その間に現金が引き出されてしまいます。

悪質業者ゲキタイ法

- ① 常に留守番電話に設定、相手を確認。
- ② 「キャッシュカードを預かります」と言われたらすべて詐欺!
- ③ ATMの引き出し限度額を引き下げておく。



おかしいな、不安だなと思ったらご相談ください。

磯子警察署 761-0110

横浜市滝頭地域ケアプラザ 758-0622

アロハデー を行いました!

7月28日と8月25日に職員一同がアロハシャツを着て接遇に取り組むアロハデーを開催しました。

職員一同、コロナ禍の中でも接遇の向上を目指して頑張ってまいりたいと思います!