

みんななかよくともだち

平塚市地域包括支援センターみなと
（高齢者よろず相談センター）



便い

第22号

恩賜
社会福祉法人 財団 神奈川県済生会
平塚市地域包括支援センターみなと
発行責任者： 中村 一恵
〒254-0806
平塚市夕陽ヶ丘55-14
TEL 0463-73-5422
FAX 0463-73-5423



＜令和6年度包括みなと行事＞

今年度も地域のみなさまと
一緒に楽しくそして
ちょっとためになる
行事を
行います



参加費は
無料です

健康講座

6/5・11/6
須賀公民館
14:00～
16:00

包括サロン

（健康体操・脳トレ）
毎月第2木曜日
（8月1月お休み）
港ベイサイドホール
13:30～14:30

汐崎公園健康体操 毎月第3木曜日
10:00～10:30（7月8月お休み）
（汐崎公園近くにお住まいの高齢者）

認知症予防教室

毎月第4木曜日
須賀公民館
13:30～14:30
（9/26のみ 13:30～15:00）

認知症カフェ

（ほっとカフェみなと）
奇数月第2水曜日
須賀公民館
13:30～14:30

チームオレンジ研修

11/16 須賀公民館
13:30～15:30



認知症サポーター養成講座

7/19・10/18・3/21
須賀公民館 13:30～15:00

うたごえサロン 第5木曜日

港ベイサイドホール 13:30～15:00



港地区に2つの認知症カフェが OPEN しました

今年度より港地区で2つの認知症カフェを開催しています。

「ほっとカフェみなと」は、認知症の方やご家族がホッとできる場所でどなたでも参加できます。

季節の催し(生け花、七夕飾り作成)や散策(三嶋神社お参り)等を行っています。

専門職の認知症地域支援推進員がおりますので認知症の相談もできます。

「みなとオレンジカフェ」は、音楽を通して認知機能の向上や世代を超えた交流を行う場所で、ウクレレやフルートの演奏に合わせ歌を歌ったり、楽器の演奏を体験したりできます。

どちらも予約制になっています。お気軽にお問い合わせください。

＜申込み、お問い合わせ先＞ 地域包括支援センターみなと Tel 0463-73-5422 (担当:永田)



みなとオレンジカフェ

日程 6/18、7/2、8/6、9/3、
10/8、11/5、12/3
時間 11:00～12:00
場所 須加公民館2階ホール
参加費 500円



楽器に合わせて
みなさんと歌を歌います

みなさんと作った
フラワーアレンジメント



ほっとカフェみなと

日程 7/10、9/11、11/13、1/8、3/12
時間 13:30～14:30
場所 須加公民館1階会議室



「包括みなと」は港地区に開設して9年目を迎えています。子どもなら義務教育が終わる年となります。包括と言ったら「あ〜知ってるわよ、みなとでしょ！」と返事が返って来るようになっていたら嬉しいです。地域高齢者の方のお力になっているのでしょうか？もっともっとたくさんの方のお役に立てるよう頑張ります。何かお困りになっていることがありましたら、お気軽にご相談ください。お電話でもお越しいただいてもご自宅にお伺いすることも出来ます。

電話0463-73-5422

＜編集後記＞夏になりました。
少しずつ何回にも分けて水分補給をしてくださいね！
水筒・ペットボトルをいつでも持ち歩いてください。
夜空を眺めてひと休みも大切です。 齊藤



地域の方から
頂いたコガネカズラ