



広報よこはま
港北区版を
スマホで読む



港北区
ツイッター



12月号
No.302

こっほく

掲載内容は、新型コロナウイルス感染症の影響により変更となる場合があるため、事前に問合せ先に確認してください

12月3日から9日は障害者週間です

身近な活動に参加してみませんか?

地域には、病気や障害等の様々な事情で生きづらさや困り事を抱えている人がいます。そして、生きづらさを抱えている人を支えたいと思っている人もたくさんいます。同じような気持ちの人が集う、身近な地域の活動を紹介します。

ミニ樽サロン

心を病む人やその家族が昼食を一緒に取り、お茶をします。昼食後には、ボランティアや参加者と自由におしゃべりを楽しめます。

活動日 第1木曜
12時~13時30分
※電話での予約が必要です。

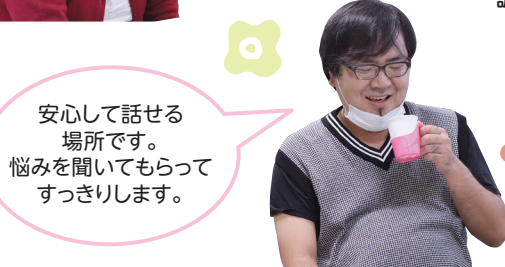


障害のある家族の介護で家に居ることが多いので、みんなで話ができるのが楽しいです。



調理ボランティア「地域のボランティア」の皆さん

「ありがとう、美味しかった」の言葉がうれしいです。地域の人から食材の差し入れがあり、助かっています。



安心して話せる場所です。悩みを聞いてもらってすっきりします。



みんなで話せるのが楽しいという人が多いです。地域に開かれた会として活動しています。

運営ボランティア「ミニ樽サロン運営委員会」の皆さん

〒 222-0032 港北区 樽町 地域ケアプラザ ☎ 532-2501 ☎ 533-0025

虹色畑クラブ

生きづらさを感じている人たちのための援農活動をしています。高田町の藤田農園で農作業の手伝いをしながら、心も体も元気になる活動です。

活動日 木曜、第2・4日曜
10時15分~12時、
12時15分~14時



畑に来ると気持ちがしゃっきりします。自分で畑を借りるのはハードルが高いけど、ここなら好きな時に来ることができ、分からないことも聞けます。細く長く通っています。



娘と一緒に参加しています。畑に来ると元気になるし、みんなでわいわい話せるのが楽しいです。野菜の調理方法もここで共有できます。

取材時はネギと甘長唐辛子の収穫！季節によって様々な野菜を育てています。



〒 222-0032 港北区 虹色畑クラブ(代表 原田) ✉ hatake.club2016@gmail.com 🔍 虹色畑クラブ 検索

以前は参加者でしたが、今はボランティアとして活動しています。畑に来ると元気になれる。少しでも社会参加したいという気持ちから参加し始めました。気楽に手伝いができる雰囲気です。



「畑で元気になろう！」という場所です。収穫した野菜はこども食堂に提供することもあります。寄付していただいた苗を植える等、多くのボランティアさんに助けられています。

障害者スポーツ文化センター 横浜ラポール

スポーツや文化活動等を通じて、障害者の社会参加や市民相互の交流を図るため、1992年に開設された施設です。

屋外グラウンドやバスケットコート2面分のメインアリーナ、フィットネスルーム、プール、小演劇等ができる300席のホール「ラポールシアター」や創作工房等があります。



小学1年生から利用しています。小学生時代に参加していたパラスポーツ体験がとても楽しく、そこでテニスと出会い、中学1年生から本格的に硬式テニスを始めました。ラポールではテニスの競技車を借りられるので気軽に来ることができます。



ウェブサイトはこちら



利用方法 個人利用・団体利用共に、利用者カードの登録が必要です。 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用を制限しています。 ウェブサイトを確認するか、問合せの上、来場してください。



メインアリーナ



ラポールシアター

〒 222-0032 港北区 障害者スポーツ文化センター横浜ラポール ☎ 475-2001 ☎ 475-2053

●問合せ 高齢・障害支援課 障害者支援担当 ☎ 540-2237 ☎ 540-2396

港北区役所

〒222-0032 港北区大豆戸町 26-1
☎ 540-2323 (代表)
☎ 540-2227

開庁日

なるべく電車・バスで
ご来庁ください

月~金曜(祝休日・年末年始除く) 8時45分~17時
第2・4土曜 9時~12時 12月は10日・24日
(戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課の一部の窓口)

港北区の
データ
(2022年
11月1日現在)

人口 362,387
世帯数 179,598