

高輪地区便り

ON AIR

開局

奉優MINATO情報局

耳で聴く情報



3月号

発行年月日
2022年2月25日

「高輪地区便り」が、生まれ変わります。

耳で聴く
広報誌

奉優MINATO情報局



を開局しました。

- 奉優MINATO情報局とは、

社会福祉法人 奉優会が運営する、高輪地区高齢者相談センター／白金台いきいきプラザ／白金いきいきプラザ／高輪いきいきプラザ／豊岡いきいきプラザ／優っとりグループホーム高輪台／高輪区民センターの7施設のホットなニュースをお届けするインターネットサービスです。ぜひ、ラジオ感覚でお聴きください！

- 奉優MINATO情報局を聴くには、



パソコンから

奉優MINATO情報局



で検索



スマホ、タブレットから

QRコードを
読み取ってください。



【発行】

白金台いきいきプラザ
港区白金台4-8-5
☎ 03-3440-4627

白金いきいきプラザ
港区白金3-10-12
☎ 03-3441-3680

高輪いきいきプラザ
港区高輪3-18-15
☎ 03-3449-1643

豊岡いきいきプラザ
港区三田5-7-7
☎ 03-3453-1591

長らくご愛顧いただきました「高輪地区便り」が、本号をもって廃刊となります。今後は、各施設から発行されている広報誌、ホームページもあわせてご覧ください。

高輪いきいきプラザ

MT社交ダンスバンドによる スプリングコンサート

映画音楽・懐かしいジャズ曲を中心に
生演奏をお届けします。



日時：3/21(月・祝)14:00~15:30(開場13:30)

場所：高輪いきいきプラザ

1階 コミュニティカフェ

対象：60歳以上の港区民

定員：30名(抽選)

費用：無料

出演：MT社交ダンスバンド

(今回は演奏のみとなります)

申込：ご本人が高輪いきいきプラザ窓口

またはお電話にて

申込期間：3/1(火)~3/14(月)

※抽選結果は3/15(火)以降に当選者のみご連絡
いたします。



♪ 詳細は高輪いきいきプラザまで ♪
高輪3-18-15 ☎ 03-3449-1643

豊岡いきいきプラザ

初心者向け スマホ講座



カメラの使い方を
知りたい方向けの講座です

日時：3/20(日)14:30~15:30

場所：豊岡いきいきプラザ 1階 敬老室

対象：60歳以上の港区民

定員：6名(抽選)

費用：無料

講師：いきいきプラザ職員

申込：ご本人が豊岡いきいきプラザ窓口

またはお電話にて

申込期間：3/2(水)~3/16(水)

※抽選結果は3/17(木)以降に当選者のみご連絡
いたします。

♪ 詳細は豊岡いきいきプラザまで ♪
三田5-7-7 ☎ 03-3453-1591

高輪区民センター

高輪区民センター最大のお祭り、

「第2回サークル活動発表会」の様子が、

YouTubeでご視聴できます！

全14団体の饗宴！

スマホ、タブレットから
QRコードを読み取って
ご視聴ください。



参加サークル(出演順)

節栄会、みなと地唄舞日本舞踊サークル、ナウバカフラサークル、
Sing Sing Sing、近代文学研究会、東京コーモド室内アンサンブル、
ミュージックアソシエーションオブミナト、みなと弦楽合奏団、
みなとジュニアアンサンブル、音楽サークルひまわり、すいれん&
ヴォーチェ・アミーチ、バンドワゴン、P☆STARS、REAL VOX

♪ 詳細は高輪区民センターまで ♪
高輪1-16-25 ☎ 03-5421-7616

白金台いきいきプラザ

みなとシティバレエ団 バレエ鑑賞会



日時：4/24(日)[1部]13:15~14:30
[2部]15:15~16:30

場所：白金台いきいきプラザ 地下2階 ホール

対象：港区内在住・在勤・在学者

定員：各30名(抽選) 費用：無料

出演：みなとシティバレエ団

申込：ご本人が白金台いきいきプラザ窓口
またはお電話にて

申込期間：3/21(月・祝)~4/16(土)

※抽選結果は4/19(火)以降に当選者のみ
ご連絡いたします。

♪ 詳細は白金台いきいきプラザまで ♪
白金台4-8-5 ☎ 03-3440-4627

白金いきいきプラザ

令和4年度教室事業 申込み開始!

- ① スポーツウエルネス吹矢
- ② 楽しい朗読
- ③ ダンス
- ④ カラオケ
- ⑤ 民謡
- ⑥ 笑って体力
- ⑦ 3B体操
- ⑧ 輪投げ
- ⑨ かな書道
- ⑩ ボイストレーニング



対象：60歳以上の港区民

定員：①15名②10名③20名④20名⑤15名
⑥25名⑦20名⑧25名⑨10名⑩15名

費用：②④⑥⑦⑧無料

①⑨500円⑩1,000円③⑤2,000円

申込：ご本人が白金いきいきプラザ窓口
またはお電話にて

申込期間：2/14(月)~3/14(月)

※抽選結果は3/24(木)より館内に掲示いたします。

♪ 詳細は白金いきいきプラザまで ♪
白金3-10-12 ☎ 03-3441-3680

高輪地区高齢者相談センター

日時：3/26(土)14:00~15:30

場所：オンラインツール(Zoom)を使って受講可能な
自宅等、または、白金台いきいきプラザ 2階
集会室B

対象：港区民

定員：各15名(先着順)

費用：無料

講師：原澤 慶太郎氏(iACP理事)

申込：高輪地区高齢者相談センター窓口またはお電話
メールにてtakanawa-houkatu@foryou.or.jp

申込期間：2/21(月)~3/13(日)

この先、自分がどう過ごしていきたいかを考えるた
めに自分の価値観を知り、今後どのような備えが必
要か講座を通じて考えてみませんか。

どうはじめるの? もしものための話し合い
~今から考える私の生き方: 今後についての備え方~



♪ 詳細は高輪地区高齢者相談センターまで ♪
白金台5-20-5 ☎ 03-3449-9669

朗読発表会

を開催しました



1/24(月)当館の敬老室にて朗読教室参加者による「朗読発表会」を開催いたしました。

かわいいお客様にも楽しんでもらえるよう、『おおきなかぶ』と『まめっこまめことおじいさん』を披露しました。

練習の成果を存分に発揮することができ、発表会は大成功となりました！

白金いきいきプラザ

高輪地区高齢者相談センター

高齢者相談センター (地域包括支援センター)について

「高齢者相談センター」では、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などが中心となって、高齢者の支援を行います。それぞれの職種の専門分野の仕事だけを行うのではなく、互いに連携をとりながら「チーム」として総合的に高齢者を支えます。

(出典：高齢者サービスのご案内 平成30年度「いきいき」)

ふれあい相談室

ふれあい相談員について

社会福祉士、看護師等の資格を持った福祉の専門職員である「ふれあい相談員」が地域に出向き、高齢者相談センター、民生委員・児童委員、町会・自治会、総合支所等と連携してひとり暮らし等高齢者を訪問し、困りごとなどの相談を受け、生活実態に即した支援につなげます。

(引用：平成30年度版港区高齢者サービスのご案内「いきいき」7ページ)

いきいきプラザについて

いきいきプラザは、60歳以上の港区民の方に、

高齢者の生きがいづくり・学びの場

介護予防健康づくりの場

ふれあいコミュニティ活動の場

の3つの活動の場として、健康で豊かな一時を提供します。

※ご利用になる際は、いきいきプラザの個人登録が必要です。本人確認書類および緊急連絡先のメモをご持参ください。

豊岡いきいきプラザ

高輪区民センター

区民センターについて
イベントやサークル活動等、主に区民の交流や自主活動の支援を目的とした施設です。

高輪いきいきプラザ

1/26(水)当館にて「プラスチックごみ問題を考える～レジ袋有料化から見てくるもの～」(消費者センター推進委員による出前講座)が開催されました。プラスチックが現在、地球に与えている影響と未来に与えるであろう影響について学ぶことができました。



シニア向けボランティアコーディネートサイト エール



YELLとはボランティア「したい方」と「してほしい方」を結びつけるサイトです。会員登録後に、ご自身にあった案件へご応募ください。またYELLへ案件を掲載したい方々も募集しております。皆様の素敵なボランティアライフをお届けする。それがYELLです。

URL : <https://www.foryou-yell.net/>
「YELL ボランティア」で検索♪