



えがお 10月号

港北区限定

彩りあふれる豊かな生活をもう一度取り戻す

無料 えがおまつり
10月15日(日曜)開催!
港北公会堂 13時から

プラチナ世代の祭典!
どなたさまもお気軽に
起こしてください

ネイルリスト多数登場!
筋肉マッチョも登場!

主催 えがおまつり実行委員会 ☎090-8305-1006
後援 港北区役所・港北区社会福祉協議会

一般社団法人地域
コミュニティ振興協会

〒222-0032 横浜市港北区大豆戸町423-3 菊名台ハイム102 ☎090-8305-1006 FAX 045-299-6432

投稿や問い合わせ 掲載や取材の希望はえがお編集部までお気軽に kouhokuegao@gmail.com

港北えがお

インターネット検索は
検索窓に「港北えがお」と
打ち込んでクリックしてください
<https://kouhokuegao.com>



山本 秋子さん 85歳

CONTENTS

表紙 山本 秋子さん 85歳

鳥山カフェ・オレンジの猫たち

オジさんオバさんの音楽祭

菊名親善会

師岡ふらっと

えがおの介護相談所

えがお文壇 真龍堂の占い

えがおスマホ講座 ⑩

えがおのひろば

えがおの先生 津村 貴子先生

編集後記

港北警察署からお知らせ
還付金があります!は詐欺
↓ 不安なときは迷いなく! ↓
港北警察署546-0110

20才のときの秋子さん
田舎の成人式は黒い
スーツを着て参加した
思い出がある。

25歳の頃、お見合い
に行った時にたまたま
いた叔母の知人と縁
あつて結婚し、その後鶴
見区北寺尾に越してき
た。夫は仕事が続かな
い人で家計が傾き、京
急デパート鶴見のワイ
シャツ売り場で働くが
埃が多く、転職し、車体
関係の協和自動車に入
社して働く。

資材の事務員、その
後経理に行つた時に社
長から、頑張ってくれ
と会計士を指導役に
つけてくれた。何にも知
らない自分だからと徹
底的にわからないところ
は質問し吸収しようと
う決算書を会計事務
所や税務署に提出でき
るようになった。

昭和58年のときの秋子さん(右端)
両親に同居を案内したとき

課題提出前は深夜ま
で作品を作り、出勤時に
先生宅のポストに入れ
るほど熱中した。

その後、指導者とな
り、鶴見区佃野や樽町
で17年、菊名地区セン
ターで30年を迎え、さ
つき書道教室を開催して
いる。毎月2回木曜日
17時~19時まで。
書道の魅力はなんと
いっても精神集中。書い

30才の秋子さん 社員旅行で磐
梯山に行ったときに撮影

眼底出血になつてし
まい18年間勤めて退
職。それでもコンピュ
ーター導入。消費税導入
を見届けて退職でした
この間、子どもがで
きなかつたこともあり
次第に心が離れ、15年
で結婚生活にピリオド
をつた。

結婚時代の辛さは何
より夫婦の会話がなく
話が全く噛み合わない
こと。そのため38歳の
頃、家に居たくない一
心で日曜は朝9時から夜
まで書道に打ち込む。
字が上手になりたい
と書道をしてみたら、
集中できる喜び。

歳をとつたら欲をかいちやいけない

ているときには不安も
何も忘れて集中でき無
心になれること。

書道教室を開催と同
時に多くの展示会に出
品。横須賀・平塚市長
賞、21世紀国際書展で
数々の賞を受賞。

どうしても古典の
「かな」を学びたく7歳
から上野の書藝文化院
に4年間通いました。

幸せですかと尋ねる
と「とても幸せ、暮ら
すには困らないし、健
康でもある。病弱だつ
た私が60歳を超えてか
ら丈夫になった。食事
も気を遣い、夜に納豆
を食べて健康になった。
間食も控え毎日運動を
するように心がけてい
る。膝が少し痛いこと
もあるけれど、家にい
るよりも、外に出て活
動したい」と活動
的な秋子さん。

感謝している事はと
尋ねると「たくさん感
謝です。出会った人皆
に感謝です。特に協和
自動車の社長さんや今
は多くの生徒たちに恵
まれていて、皆に感謝。
寝るときに「今日も無
事一日が終わった、あり
がとございます」と
心の中で繰り返しして
います」と語りました。

卒業証書
山本 秋子
右は日本書道史研究
講座三年の修業を
修了したことを證書
平成三十一年
社団法人書藝文化院

日本書道史研究講座の卒業証書。
4年間、上野まで通って学んだ

訪問歯科診療
万全の感染対策で訪問歯科診療

体調確認の徹底
スタッフは例外なく
検温・体調確認を
実施。訪問先も14日
間の体調不良を
しっかり確認して
います。

殺菌・消毒
の徹底!
訪問時でも使用
した器具は持ち
帰ってクリニック内
で処分・殺菌・滅菌
処理を実施します

飛沫の心配なし!
歯科では普段からマ
スク・ゴーグル。手
指衛生は完全です。
治療器具も徹底
して飛沫の心配
はありません。

口腔ケアの
重要性アップ
口腔ケアは感染
リスクを下げるこ
とがわかっています。
新型コロナウイルス
にも期待されます!

訪問マッサージ
~ご自宅まで訪問します~
リハビリ・機能訓練
はり・きゅう・マッサージ

◆ 首・肩・腕・腰・膝に痛みやしびれがある
◆ 麻痺や拘縮、浮腫み等で動かしづらい
◆ パーキンソン病・脳疾患後遺症・その他難病
◆ 健康保険証が使えます(医師の同意が必要)

からだ元気治療院 横浜港北店
☎ 045-620-0597
<https://www.ogawa-hompo.com>
港北区新横浜 1-18-3-501 お試し体験受付中!!

大倉山
あかまつ皮膚科
Okurayama Akamatsu Dermatology

お肌のお悩みや皮膚のトラブルなら
女性医師の当皮膚科へ
どうぞお気軽にご相談ください。

☎ 045-717-8200
〒222-0037
横浜市港北区大倉山3-26-6 三保クリニックビル1F
東急東横線大倉山駅よりエルム通り方面徒歩5分
駐車場・駐輪場完備

訪問歯科診療のご相談は
ココセットデンタルクリニック
菊名駅西口駅前 045-430-4618

大倉山
あかまつ皮膚科
Okurayama Akamatsu Dermatology

大倉山
あかまつ皮膚科
Okurayama Akamatsu Dermatology

大倉山
あかまつ皮膚科
Okurayama Akamatsu Dermatology

お肌のお悩みや皮膚のトラブルなら
女性医師の当皮膚科へ
どうぞお気軽にご相談ください。

☎ 045-717-8200
〒222-0037
横浜市港北区大倉山3-26-6 三保クリニックビル1F
東急東横線大倉山駅よりエルム通り方面徒歩5分
駐車場・駐輪場完備

万全の感染対策で訪問歯科診療

体調確認の徹底
スタッフは例外なく
検温・体調確認を
実施。訪問先も14日
間の体調不良を
しっかり確認して
います。

殺菌・消毒
の徹底!
訪問時でも使用
した器具は持ち
帰ってクリニック内
で処分・殺菌・滅菌
処理を実施します

飛沫の心配なし!
歯科では普段からマ
スク・ゴーグル。手
指衛生は完全です。
治療器具も徹底
して飛沫の心配
はありません。

口腔ケアの
重要性アップ
口腔ケアは感染
リスクを下げるこ
とがわかっています。
新型コロナウイルス
にも期待されます!

訪問歯科診療のご相談は
ココセットデンタルクリニック
菊名駅西口駅前 045-430-4618

訪問マッサージ
~ご自宅まで訪問します~
リハビリ・機能訓練
はり・きゅう・マッサージ

◆ 首・肩・腕・腰・膝に痛みやしびれがある
◆ 麻痺や拘縮、浮腫み等で動かしづらい
◆ パーキンソン病・脳疾患後遺症・その他難病
◆ 健康保険証が使えます(医師の同意が必要)

からだ元気治療院 横浜港北店
☎ 045-620-0597
<https://www.ogawa-hompo.com>
港北区新横浜 1-18-3-501 お試し体験受付中!!

鳥山町に町カフェを！



クラウドファンディングという言葉聞いたことありますか？
プラチナ世代の言葉で言えば「みんなの寄付で願いを叶える仕組み」のことです。

鳥山町の岩田さんが「平坦な場所にお茶を飲みながらおしゃべりする場が欲しい 鳥山町に町カフェをつくらう」と取り組んでいます。令和4年にココハマ市民まち普請事業に採択され、「町カフェ」を築50年の建物を整備中。しかし建物の安全をため大規模工事が必要となり、費用を集めるためにクラウドファンディングを始めました。孤立を防ぐ町カフェに賛同するたくさんの方から協力を集めています。

締切は9月30日です！ 目標額までもう少し！
町カフェの実現に応援をお願いします。
←のQRコードから専用ホームページを表示させると支援が簡単にできます！



↑このコードを読み取ると支援可能なHPが表示されます。

結果もえがおでお知らせしますね！

ひとことメモ クラウドファンディング



多くの支援者から少額ずつ資金を集めて、新しいプロジェクトや製品、アイデアを実現する仕組み。アイデアを実現するための資金を調達します。

保護猫活動を知っていますか



以前、あちこちに野良ねこ(以下地域猫)がいて、増えてしまったり、無用の揉め事がありました。しかし最近はいない猫が少なくなって管理されているように感じませんか。というのも飼い主のいない猫を増やさず、今の地域猫の命を全うさせることができるように環境整備をしているオレンジの猫たちという活動家の集まりがあります。TNR活動(Trap捕獲、Neuter手術、Release元いたところに戻す)を中心に、できる範囲で手術や保護をしたり、里親を探しています。

横浜市には猫の不妊去勢推進事業があり、助成金が上限5000円で各区の生活衛生課が相談窓口です。大倉山2-7-47にあるパティどうぶつ病院さんのレンタルスペースで「オレンジの猫たち」という猫の譲渡会を行なっています。こちらは地域猫を皆さんの力、有志の集まりで協力し、地域猫、仔猫を譲渡する活動をしています。ぜひ皆さんも一緒に考え、支援しませんか。

次の譲渡会の予定

9月16日(土)
大倉山2-7-47-106
パティどうぶつ病院さん



活動への寄付はこちら
横浜銀行 港北ニュータウン南支店
口座番号 6206244
口座名 オレンジの猫たち

お問い合わせ・今後の予定は オレンジの猫たち ☎090-4012-4794



皆さんで楽しく演奏！ また一緒に歌うコーナーもあります。

音楽の内容はプラチナ世代で「自称」オジさんオバさんという方たちが集める音楽ばかりです。

音楽祭は、音楽の力で地域を元気に！ 港北区をもっと元気に！ オジさん、オバさん達の音楽祭PART2

10/28(土) 13時30分 入場無料! 港北公会堂

「地域の方たちに音楽を通して懐かしい思い出や蘇る青春を感じてもらいたい」と企画された音楽祭。学生時代に活動していた関東学院フオーケストラが母体となり、再結成。その後17年も活動中の7バンド。メンバーは20人を超え、いろいろな音楽を演奏してくれました。

介護や福祉にもスポットを当て、ステージ前に車いす席を用意し家族と一緒に演奏を聴く事ができます。介護福祉関係とも連携した優しい音楽祭。音楽は人を元気に、そして演奏で熱い気持ちが高揚する！

各バンド最後の曲は客席と一緒に楽しむ企画担っています！

介護や福祉にもスポットを当て、ステージ前に車いす席を用意し家族と一緒に演奏を聴く事ができます。介護福祉関係とも連携した優しい音楽祭。音楽は人を元気に、そして演奏で熱い気持ちが高揚する！



一本番に向けて練習をする皆さん！ 楽しみですね！

入場無料!

10月28日(土) 13時30分~ 港北公会堂

港北区をもっと元気に! 音楽祭開催!

- ① スターシップ☆セーラーズ (最強のライブバンド)
- ② MG4 (バンド歴60年のモダンフォークグループ)
- ③ GET TOGETHER (関東学院大学OB・OGによるSING OUT)
- ④ The Beat Trio (アコースティックなビートルズコピーバンド)
- ⑤ 梅干しスタース(懐かしい昭和歌謡を愛する四人組)
- ⑥ Virgoなちゅら(東京家政大学OGによるSING OUT)
- ⑦ The Beat Brothers (ビートルズコピーバンド)

なく一緒に楽しむ音楽です。生の音楽を聴いて、若い頃、青春を、現役時代を、子育てを、思い出しましょ。左が当日演奏してくるみなさんです！是非お出かけを！



参加希望の方は直接木曜日の正午から15時までの間に菊名地区センターの工作室にどうぞ。問い合わせは富田さん ☎090-8568-5120まで

菊名親睦会は毎週木曜日12時~15時まで菊名地区センターで楽しく囲碁をしています。コロナ前は40名ほどいたメンバーが、高齢化やコロナ禍でも活動してきました。現在メンバーは60代から90代。こちらは昭和60年に始まり今年で37年の歴史があります。囲碁にはいろいろな団体がありますが菊名親睦会はメンバー同士の仲が良く、紳士的でレベルが高いのが特徴。歴代の会長やメンバーの人の柄のおかげ。菊名親睦会の雰囲気を感じてみたい。ぜひお出かけを！

菊名親睦会とは、菊名地区センターで楽しく囲碁をしています。コロナ前は40名ほどいたメンバーが、高齢化やコロナ禍でも活動してきました。現在メンバーは60代から90代。こちらは昭和60年に始まり今年で37年の歴史があります。囲碁にはいろいろな団体がありますが菊名親睦会はメンバー同士の仲が良く、紳士的でレベルが高いのが特徴。歴代の会長やメンバーの人の柄のおかげ。菊名親睦会の雰囲気を感じてみたい。ぜひお出かけを！

えがおの介護相談所

施設入所のご相談で「熱海とか小田原とか、気候のいいところの施設に入るのはいかがかしら」と言われたことがありますが、話を聞くと、

酷暑・猛暑を乗り越えるために水分補給とエアコンを!

まずはお気軽にお電話を!
☎045-900-3492 (対応時間 月~金 9:00~21:00)

弁護士 稲田遼太
(第一東京弁護士会所属)
昭和61年生/港北区在住/桐島小学校卒業
稲田法律事務所(東京都千代田区)勤務
元内閣府参事官補佐

ハンディキャップ戦もあるので安心してどのようなレベルの方でも楽しめます。ぜひ一度見学にどうぞ。詳しい説明や自身の要望もあわせてお話しし顔を見る関係から始めてみませんか。☎090-8568-5120 富田さんまで

老人ホームでの生活について、日々の生活のいい部屋でロッキングチェアにゆらゆら揺られながら、穏やかに過ごす、というイメージをお持ちのようです。そんな施設もあるのかもしれませんが、介護の仕事をして



高音質スピーカーから音楽が流れ、手作りの真空管アンプとLPレコードで昔懐かしい曲を楽しめます。

「来た人をがっかりさせたくないよね」がスタッフ皆さんの合言葉。百才時代で高齢者は増えますが、居場所や話し相手ができず、家族や友人にも話せない悩みがある人もいます。そんな時にふらっといけば悩みをうちあける友達ができるかも。買い物帰りに立ち寄れる、気さくな場所をゆつくりと時間をかけて進めてきました。

カフェと定食ふらっ(ら)い

師岡町に2020年1月にオープンしたふらっ(ら)いさん。入念に計画し地道に修繕、改築整備をして準備してきた。大切にしているのは「居心地の良い場所を作ること」。

今例は極端な例かもしれませんが、施設に対する皆さんの

孤立・孤独を感じる人こそ、また、子育て中の人や子どもさん達にもぜひ来ていただきたい。昨年、来所者は年間約3千人。部屋提供もWiFi完備で3時間千円。コピーサービスも開始したり水曜日にはパソコン・スマホ教室

健康麻雀の仲間の方達。毎月最終日にはメンバーの誕生日会と和気あいあいと交流会で、とっても楽しそう!

肉料理 魚料理 肉料理 カレー パスタ
火水木土日
ごはん(11時半~13時半)で600円です! 献立の目安はこちら

介護の相談はお気軽に

監修・和田聖一郎
居宅介護支援責任者
主任介護支援専門員
港北ケアプラン

☎(540)28861

のイメージと実際のイメージはだいぶ違うかもしれません。もし施設について興味があるなら、体験入居などをしてみるのが一番です。

も開催しています。ボランティアさんたちが平均3人も来てくれる、お待ちしています。今後の課題は収支をしっかりと確保すること。集う人の気持ち大切にしてください。張つていくふらっ(ら)いさん。お友達とぜひお出かけしてみてくださいね。場所は横溝屋敷のすぐ近く。トレッサ横浜南棟も直近。師岡町600番地。10~16時開所、(月金休)詳細は専用ホームページで詳しく紹介。お問い合わせは ☎063-8426まで

秋ハテて知っていますか？体がだるい、食欲がないといった夏バテに似た症状。栄養バランスが大切、特にビタミンやミネラルを豊富に含む食品を積極的に摂りましょう。次に適度な運動をしましょうね、継続することが何より大切です。またリラックスも重要。ぬるめのお湯にゆっくりと浸かっても体もリフレッシュ！

えがお川柳

自由吟が苦手な方には句日記がおすすすめ(以前もお書きしましたね)。その日に心動かしたことをとりあえず一句詠んでみましょう。完成した句でなく、川柳の種、そんな感じでOKです。その種は、いつの日か、会心の一句へと変貌を遂げるかもしれませんよ。発想のきつかけを残しましょう。



新垣先生

洗う または自由

選者 新垣 紀子

笑顔なき握手の後は手洗か
服選び洗濯マーク見て決める
ポケットの裸万札洗濯機
今日もまたジャンケン負けて洗い物
玄関を洗い流して盆迎え
手間かけて洗って干した胸の内
石鹸で洗い落とせぬ心の垢
洗い張り子供の遊びの邪魔になり
パーティーの余韻がさめる洗い物
この四年一生分の手を洗い
太宰の書「津軽」に心洗われる
洗えども臭い千里の加齢臭
汚れか顔と顔をゴシゴシミ気づく
家じゅうの洗濯干してパバ出勤
お恥は洗い流して忘れた
懐かしい洗濯板と祖母の手と
政治家を洗ってみても泡立たず
洗ってもあらぬ落ちない赤い恥
マイナバー問題点を洗いだせ
もうやめた好きなパチンコ足洗う
県警が身許を洗う桃の詐欺
洗っても消えない過去が二つ三つ
面粉のティッシュも回る洗濯機
入念にただ入念に猫の顔
洗いすぎ薄い生地から見える妻
夫婦でも洗濯物はシングルで
甲子園洗ってあげたいユニホーム
洗ひ晒ひ白状してと夫に問う
悪事捨て足を洗いな手軽だよ
稲妻が過去を洗って去っていく
土砂降り洗ってくれた窓ガラス
忙しさ山と詰めてた食洗機
夏まつり洗ひさらしの浴衣着て
墓洗う娘の姿の美しく
骨董品のせつかくの時代妻洗う

自由吟
土用波値上げの波もちと怖い
歌声に心癒されハッピーな日
気温地図日本列島真赤赤
顔合せはじめましてと孫家族
花火師の思いこもるか天染める
六人の写真を飾り供養膳
百才だがれと同じデザイナービス

えがお歌壇

祈りとは生きようとする人間の、心の中から生まれてくるものであることが皆様の歌から思われました。歌は思いを読み手に伝えるために文脈が通っていることも大切。そんなことも心の隅におき歌っていつてくださいます。

祈り または自由

選者 山本 登志枝

みどり濃き秩父路を来て札所寺に母に祈りの鐘ひとつ撞く
こと更に平和を祈る八月は敗残兵の物語読む
ちちははの齢越えたるこの身なり真青な空へ感謝の祈り
フクロウはケースの中で聞きてをり祈りも愚痴も首をかきつけて
道の真中に太き腹出し絶えた蟬朝を見たかと祈る心地に
今朝もまた御鈴鳴らして手を合はす夫逝きしよりコーヒー添えて
若人の声なき反戦無言館 思い悲しく恋文のあり
アルプスの応援団の女生徒の固き拳になりゆく祈り
朝な朝な安寧願い手を合はすほほえむばかりの遺影の父に
望まない悲惨な戦争犠牲者に祈り捧げん命のかぎり
初出産ただひたすらに祈りたり産声聞こえ安堵と感謝
タナロットの波静かなり夕映えに浮き立つ寺院に祈りは深く
祈りは我が魂の消えぬ望み胸の中にて熱く燃える
苦難ありて空に大樹に祈りたり後はみみず話しかけよう
ただ一人たつた一人のキミのこと見つめて祈る戦禍の中で
嘘つきには罰を与えよ欺きには死を代償にと神に祈らむ
朝まだき老木の幹に鳴く蟬の繋ぐ命の長きを祈る

自由吟
師と仲間谷戸の細道歩きみて知り得たる花一人静や

えがお俳壇

今月も多くの投句をいただきました。掲載句数が限られていたため載らない句が多くありました。注意点を①季語は一句に一つ。②報告文にしないこと。来月は「とろろ汁」です。葉味にこだわります。方もいますね。美味しそうに詠んで下さい。

天の川 または自由

選者 大垣 鹿乃子



大垣先生

都会つ子旅の話は天の川
笹舟で渡ってみたい天の川
テント張る少年の眼や天の川
城跡の大石小石天の川
天の川我にまたたく星一つ
煌めきは天の川にも小川にも
砂に寝て心吸われる天の川
八十路なほのぞみ果てなし天の川

自由吟
夏深し終末時計は1分半
小麦色の肩すこし褪せ今朝の秋
朝焼けを浴びて漁師の顔となり
広島を語る真青の夏の空
コロナ禍の里に沙汰して夏枯るる
軽快に石段登る半ズボン
昼顔や道路に白線引く工事
梶の葉に戦なき世の祈願かな
ふしくれの十指をかざし盆踊
老妻の手にふと触れて秋の夜半

今後のお題

- 川柳の題 とっておき
九月末 準備
十月末 準備
十一月末 準備
十一月末 準備
- 俳句の題 とろろ汁
九月末 準備
十月末 木犀
十一月末 落葉
- 短歌の題 風
九月末 燈
十月末 スポーツ
十一月末 あわせて自由題の作品もお待ちしています。

メールは→ kouhokuegao@gmail.com HP https://kouhokuegao.com/toukou

えがおスマホかんたん講座 10

スマホを使う時にキーワードは孫!?

子どもから渡されて「父さん・母さんこれ使ってくれ」と持たされたりするスマホ。スマホが便利なのはわかるけれどなかなか使いたくないアプリはありますか？LINE、天気予報、ニュース、地図、歩数計、通販、などが挙げられます。家族との連絡が手軽にできるLINEは大変便利です。公共機関からのお知らせや災害情報から無料でビデオ通話(テレビ電話)ができるなど、今では日本人の生活になくてはならないものとなっています。天気予報やニュースは生活に必要です。外出時に地図は迷ったときなどの転ばぬ先の杖にもなります。このようにスマホはプラチナ世代にとっても便利なのです。だからといってスマホを使いこなすのは難しい。そんなときこそ家族の存在は大いなる助けです。とはいえず息子・娘世代は忙しいし、関係性が近すぎて、プラチナ世代も子ども世代も両者がイライラしてしまうことも少なくありません。そんなときの救世主が「孫世代」のなのです。孫世代の10代、20代どうして祖父母にアプリを教えたのか訊いたところ「祖父母の生活を便利したい、連絡をとりやすくしたいから」でした。また、教えるのを諦めたアプリもLINE。それでもまた今後も教えたいアプリもLINEでした。

えがお編集長がスマホ相談でも休みになると孫が来てくれると教えてくれるというプラチナ世代は多いものです。また孫が近くにいない人も多いですが、孫世代の10代、20代がスマホ世代なので頼ってみるのも良いですね。何事も挑戦！

「えがお本間」というLINEの名前です！

えがおのスマホパソコン救急隊
右上のコードを読み取るとえがお編集長のLINEに友だち追加できます。港北区内であれば1時間3000円(以降30分1500円)です。出張料や基本料金などはありません。できる限りサポートします。まずはお電話で相談を ☎090-8305-1006 えがおまで

監修 真龍堂 えがおの占い 9/15~10/14
監修：新横浜・真龍堂 詳しい相談の希望は ☎ 080(6597)7388まで
暦の上では秋の気配が本格的に加わり始める時期となり、暑さにも変化が出てきたように思います。心も身体も少しほっとして疲れが出やすい季節。夏が終わるとすぐ年末が来る!と感じる方も多いようですが、ひとまず今は暑さで疲弊した身体を休めてくださいな。

子	気力は充実するが体力を過信しないように	午	自立たぬように控え目に
丑	悩み事は一人で抱えず	未	守りの姿勢で動かず吉
寅	後半運気は上昇へ	申	仕事も恋も積極的に
卯	執着せずに手放して吉	酉	思い付きで行動しないように
辰	外より内に目を向けて	戌	安定した気持ちで過ごせそう
巳	手掛けた作業は最後まで根気よく	亥	無理せず自然体で運氣アップ

居宅介護支援・訪問介護・福祉用具

港北ケアプラン 登録ヘルパー募集!

未経験・未資格者歓迎! 資格がなくてもOK、資格取得補助あり(ホームヘルパー2級・初任者研修修了者尚可)

時給 1,400円~2,000円・早朝 深夜手当あり 移動手当あり 通動手当あり
賞与年2回あり・前年度実績 5,000円~300,000円(勤務時間による)

港北ケアプランは地域に愛されて20年

045-540-2861

有限会社港北ケアプラン横浜市港北区大倉山 6-5-14 045-540-2861 採用担当: 坂本

