



～ 地域包括支援センター通信 ～

地域で防ごう！消費者被害

高齢者の方は「お金」「健康」「孤独」の3つの大きな不安を抱えていると言われています。悪質業者は不安を煽り、親切にして信用させ、年金や貯蓄などの大切な財産を狙います。日ごろからコミュニケーションをはかることで、ささいな変化に気づきやすくなります。

こんな変化に気づいたら



- ・電話におびえている
- ・同じような商品が必要以上にある
- ・不自然な改修工事を何度もしている
- ・急に親しい人が出来たようだ
- ・お金に困っている
- ・表情が暗く、考え込んでいる など…



1. 声をかける

2. 何があったのか、事実確認する

本人がトラブルにあっていないことに気づかないケースもあります。本人を咎めたり、自尊心を傷つけるような声かけはしないように注意してください。本人の気持ちを尊重しながら、ゆっくり話を聞いてください。もしも認知症の症状があると思ったら、**地域包括支援センターに相談しましょう。**

例) 「何かこまっていますか?」「心配事があるなら相談に乗りますよ?」

「(消費者トラブルの具体的な手口をお話しして)似たような誘いが無かったですか?」 など…

3. 消費者被害にあったら、消費生活センター(☎845-6666)や地域包括支援センターへ相談を勧める

トラブルが増えていること、誰でもだまされる危険があるので決して恥ずかしいことではないことを客観的に伝えてください。本人が直接電話をすることが原則ですが、本人に代わって電話をする場合には、事前にできるだけ詳しくお話を聞いて、本人の隣で電話をするとよいでしょう。もし相談を望まない場合には、家族や地域の人たちで見守りましょう。

介護保険制度についてわからないこと、一人暮らしで心配、最近体が弱ってきた、介護に悩んでいるなど、様々なご相談に応じます。電話・来所以外に訪問してのご相談も行っております。また、地域での出張相談や出張講座なども行っています。ぜひご相談ください。

横浜市屏風ヶ浦地域ケアプラザ 地域包括支援センター

電話 045-750-5311

担当：玉田・中村・萩原・堀

屏風ヶ浦地域ケアプラザ

ケアプラザニュース 3月号

発行者：横浜市屏風ヶ浦地域ケアプラザ TEL(750)5411 FAX(751)2322 編集者：森田ひとみ 発行責任者：杉浦秀治

ケアプラザをご利用の皆様へ

日頃より当ケアプラザをご利用いただき、ありがとうございます。和やかに降り注ぐやさしい春の陽ざしが嬉しい季節となりました。新型コロナウイルスへの感染はまだまだ拡がり、慎重な感染拡大防止対策を強いられている日々が続いております。ケアプラザをご利用の際のマスク着用、手指消毒、検温、ソーシャルディスタンスの確保等、皆様のご理解ご協力を引き続きよろしくお願いいたします。

汐見台中学校にて 認知症サポーター養成講座 が開催されました。

1月14日(金)汐見台中学校2学年の生徒200名、職員10名の方を対象に、「認知症サポーター養成講座」を開催しました。今年度も新型コロナウイルス感染防止対策の為、昨年同様放送室から各教室のテレビに映し出しての講座となりました。DVDやO×クイズ、認知症とはどういう病気なのか、認知症の方への接し方等、認知症の基本について学んで頂きました。毎年講座を受けた生徒の方々に感想文を書いて頂くのですが、読ませて頂いたケアプラザ職員誰もが感激し、私達の思っている以上に講座の内容を理解し、認知症の方を受け入れる大きな心に感心、感激しました。生徒の皆様と対面でお話しをさせて頂く事が出来ないのは本当に残念ではありましたが、コロナウイルス感染拡大しつつあった状況下で、講座開催にご理解を頂き、快く受け入れていただいた校長先生はじめ学年の先生方に感謝申し上げます。ありがとうございました。

～ 自主事業のご案内 ～

親子で にこにこ！！



音楽に合わせてとんだり跳ねたり、お手製のお手玉で遊んだり、簡単な手作り工作の時間もあつたりと、リラックスした親子のコミュニケーションタイムを楽しみましょう。ソーシャルディスタンスに注意を払い、パラバルーンを楽しむ時間もあります。

開催日：毎月第1金曜日 4月は1日(金)
3月1日(火)より申込受付開始
申込は 045-750-5411 又は窓口へ

対象：未就園児の親子
定員：10組(先着順)
参加費：300円



多目的ホール開放デー



子育て中のママ・パパ・お子さんを対象に、多目的ホールを開放しています！親子で思い思いにゆっくり、楽しくお過ごしください。小さいお子さん用のすべり台や輪投げ、積み木など用意しています。

開催日：毎月第2金曜日 4月は8日(金)
3月1日(火)より申込受付開始
申込は 045-750-5411 又は窓口へ

対象：未就園児の親子
定員：10組(先着順)
参加費：無料



退任のご挨拶



居宅介護支援事業
ケアマネジャー 秋葉綾子

屏風ヶ浦地域ケアプラザでケアマネジャーとして2年半ほどお世話になりました。右も左も分からない状態の私でしたが、地域の方々に見守っていただきながら、これまで何とかやってくることができました。お世話になった方々には本当に感謝しております。短い期間でしたがありがとうございました。

◇催し物のご案内◇



3月

日	月	火	水	木	金	土
		1 楽しく体験 フラダンス	2 ボディメイク エクササイズ	3 子育て相談 プラチナ体操	4 親子でにこに こ！！	5 すまいる体操
6 コロボックル の音あそび スマホ相談会	7 健康サポート 体操	8 休館日	9	10 子育て相談 オヤジの台所 プラチナ体操	11 多目的ホール 開放デー	12
13	14 おんぶの輪♪	15	16 赤ちゃん教室	17 子育て相談 至福の旬菜ご はん プラチナ体操	18 サロン梅の里	19 すまいる体操
20 スマホ相談会	21	22	23	24 子育て相談 プラチナ体操	25 介護者のつど い	26
27	28	29	30	31 子育て相談		

《 3月・4月の催し物は内容の変更・中止になる場合がございます 》

4月



日	月	火	水	木	金	土
					1 親子でにこに こ！！	2 すまいる体操
3 スマホ相談会	4 健康サポート 体操	5 楽しく体験 フラダンス	6 ボディメイク エクササイズ	7 子育て相談 プラチナ体操	8 多目的ホール 開放デー	9
10	11 おんぶの輪♪	12 休館日	13 リズムに乗っ ていきいきエ クササイズ	14 子育て相談 オヤジの台所 プラチナ体操	15	16 すまいる体操
17 スマホ相談会	18	19 楽しく体験 フラダンス	20	21 子育て相談 初めての色鉛 筆講座 プラチナ体操	22	23
24 マスターしよ うフラダンス	25	26	27	28 子育て相談 介護者のつど い プラチナ体操	29	30

☆ 参加者募集のご案内 ☆

健康サポート体操

椅子に座った状態で行い、筋肉を無理なく緩やかにストレッチし、肩の凝りや身体全体の凝りをゆるめたりする健康体操です。自宅でも手軽に出来る体操です。

開催日) 4月4日(月)
時 間) 10:00~11:00
対 象) 地域の方
参加費) 300円
募集数) 15名(先着順) 3/1 受付開始
持ち物) 上履き、飲み物
※動きやすい服装でお越し下さい

リズムに乗っていきいきエクササイズ

健康体操では物足りない、でも激しい運動や体操はちょっと無理…。それでも筋力の維持、筋力の向上は必要だ！と感じている方におすすめの講座です。

開催日) 4月13日(水)
時 間) 10:00~11:00
対 象) 50代~60代の女性
参加費) 300円
募集数) 15名(先着順) 申込受付中
持ち物) 上履き、飲み物
※動きやすい服装でお越し下さい



初心者・シニアのための スマホ相談会のお知らせです！



★参加費は無料です
★毎月1日に、次月の参加の
申し込みを受け付けます
★ご自分のスマートフォンをお持ち
ください
★マスク着用をお願いします
お申し込みは電話又は窓口にて
750-5411
担当:生活支援コーディネーター
関まで

開催日: 毎月第1日曜日
開催時間: (午前) 10:00~11:30
(午後) 13:30~15:00
※どちらかの時間帯でお選びください
開催場所: 屏風ヶ浦地域ケアプラザ 地域ケアルーム
対 象: スマホの操作に不安のあるシニア世代の方
講 師: 小野 恵嗣氏(インターネットふれあい亭)
定 員: 各回3名 ※先着順です
申 込 み: 屏風ヶ浦地域ケアプラザ 担当:関まで

* 貸室利用案内 *

貸室の利用には、団体登録が必要です。団体登録は活動内容や利用目的によって無料、有料、及び使用不可が決まります。登録をする際には、「横浜市地域ケアプラザ使用団体登録申込書」をご提出頂きますので、詳細はケアプラザ職員にお問い合わせ下さい。

横浜市屏風ヶ浦地域ケアプラザ

〒235-0023 横浜市磯子区森4-1-17
TEL:045-750-5411
＜開館時間＞ 9時~21時(平日)
9時~17時(日祝日)
＜休 館 日＞ 毎月第2火曜日
年末年始 12/29~1/3
＜アクセス＞ 屏風浦駅より徒歩5分

＜URL＞ 屏風ヶ浦地域ケアプラザホームページのご案内です！

http://www.shinkoufukushikai.com/kaigo/care_plaza/byo_bu/byobu_home/byobu.html

