

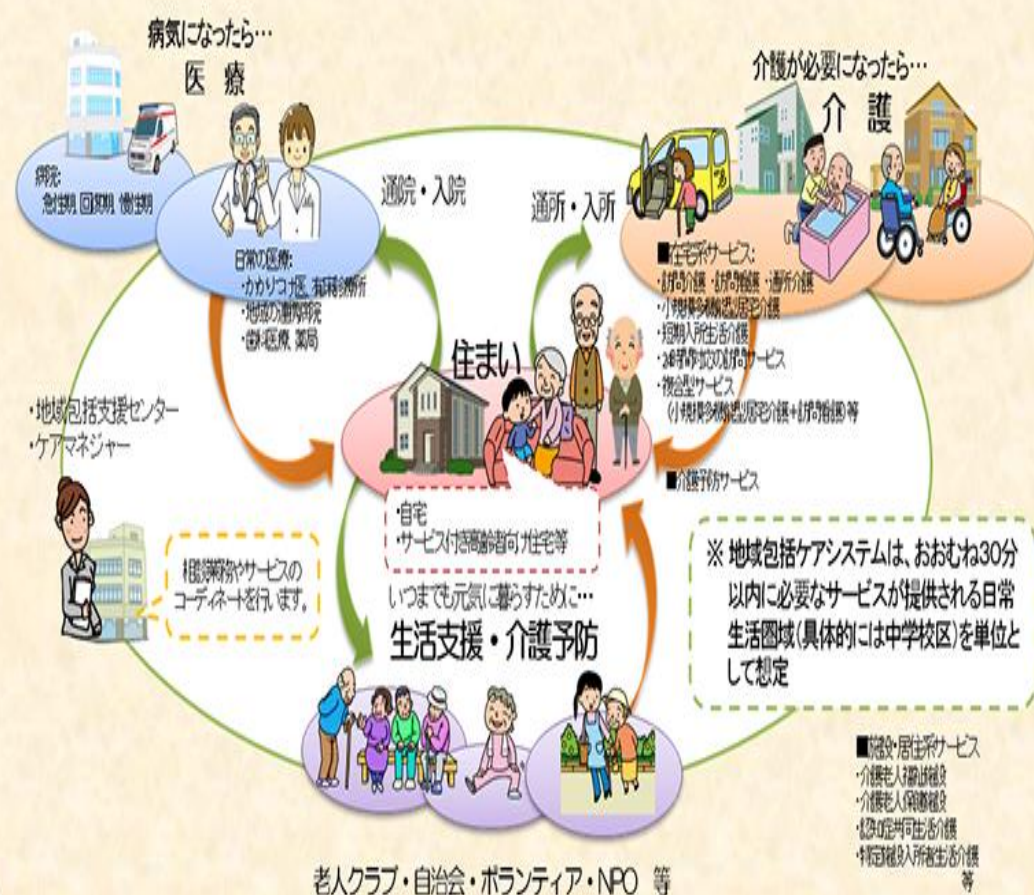
～ 地域包括支援センター通信 ～

3/1(月)屏風ヶ浦地域ケアプラザ多目的ホールにて包括レベルの地域ケア会議を開催しました。コロナ禍にもかかわらず、ご出席者の方々、ありがとうございました。今回は、この「ケア会議」についてのお話です。

「地域包括ケアシステム(地域づくり)」って？

住み慣れた家庭や地域で安心して暮らせるよう、住まい・介護・予防・生活支援が一体的に提供される仕組みを「**地域包括ケアシステム**」と言います。団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、**地域の特徴**に応じてこのしくみを構築していくことをめざしています。

地域包括ケアシステムの姿



地域ケア会議



チェック！！

- 近所に支援が必要そうな人がいる
- 近所の人と交流がない人が増えていると感じる
- 困ったときの相談先が分からない人が多い
- 買い物や通院が不便な地域である。
- 参加できる健康づくりの場が少ない

気になることがあった場合は遠慮なくケアプラザへご連絡をください。

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・増田・萩原

屏風ヶ浦地域ケアプラザ ケアプラザニュース 4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。あちらこちらに色とりどりの可愛い花を目にする季節となりました。当たり前ですが、コロナウイルスの感染拡大防止に努めながら、これまでと同じように大勢の方々にケアプラザをご利用頂いております。ご来館の際は引き続きマスク着用、手指消毒、検温、ソーシャルディスタンスの確保等新型コロナウイルス感染拡大防止対策につきまして、皆様のご理解ご協力をお願い致します。

AI 温度センサー 非接触型顔認識検温器



← を設置しました。

30cm～50cm離れて立ち検温して下さい。体温が正常であれば「体温は正常です」と声で案内をしてくれます。

← アルコール消毒液が噴射されます(手指用)

手をかざして下さい。自動でアルコール消毒液が出てきます。

フットサル《COSMOS》ボランティアさん募集

現在、就労している知的障害者の余暇支援としてフットサルを行っています。

参加者と一緒に楽しく練習やミニゲームに参加して下さるボランティアの方を募集しています。

- ・福祉活動に興味のある方大歓迎
- ・性別、資格、運動経験不問、年齢18歳以上

講座のご案内 【第一回】

いきいきシニアセカンドライフ講座

～遺品整理のプロが教える～
今すぐ始める心と物の整理術

講師：石見 良教氏
開催日：5月25日(火)
時間：13時半～15時
定員：15名～25名(状況に応じて変更有)
参加費：無料
申込先：屏風ヶ浦地域ケアプラザ(電話・窓口)
申込受付開始日 4月25日(日)

日時：毎月一回 日曜日
時間：8:45～11:00
場所：たきがしら会館(今年度のみ)
例年は磯子スポーツセンター
問合先：屏風ヶ浦地域ケアプラザ 森田まで
活動開始は5月からとなります。



新任のご挨拶



地域活動交流 サブコーディネーター
原 美矢子

この度、地域活動交流のサブコーディネーターとして屏風ヶ浦地域ケアプラザの一員となりました。日々の中で地域の皆様と交流させていただければと思っております。

新任のご挨拶



地域活動交流 サブコーディネーター
黒岩 夏子

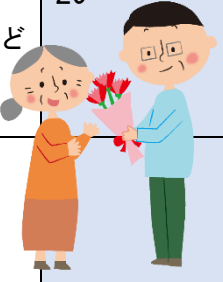
この度、サブコーディネーターの一員になりました。地域の皆様が安心して笑顔で楽しくご利用できるよう早く仕事に慣れたいと思っております。皆様との交流も楽しみにしております。どうぞよろしくお願い致します。

◇催し物のご案内◇
4 月

日	月	火	水	木	金	土
				1 子育て相談 プラチナ体操	2 3B 親子体操	3 すまいる体操
4	5 健康サポート 体操	6	7	8 子育て相談 オヤジの台所 プラチナ体操	9 多目的ホール 開放デー	10
11	12 おんぶの輪♪	13 休館日	14	15 子育て相談 プラチナ体操	16	17 すまいる体操
18	19 コロボックル の音あそび	20	21	22 子育て相談 プラチナ体操	23 介護者のつど い	24
25	26	27	28	29	30 	

《 4 月・5 月の催し物は内容の変更・中止になる場合がございます 》

5 月

日	月	火	水	木	金	土
						1 すまいる体操
2	3	4	5 	6 子育て相談 プラチナ体操	7 3B 親子体操	8
9	10 おんぶの輪♪	11 休館日	12 ボディメイク エクササイズ	13 子育て相談 オヤジの台所 プラチナ体操	14 多目的ホール 開放デー	15 すまいる体操
16	17 コロボックル の音あそび	18	19 あかちゃん教 室	20 子育て相談 プラチナ体操	21 梅の里	22
23	24	25 いきいきシニ アセカンドラ イフ講座	26	27 子育て相談 プラチナ体操	28 介護者のつど い	29 
30	31					

☆ 参加者募集のご案内 ☆

オヤジの台所

男性のための簡単料理教室です。「カツオのから揚げやレタスのスープ」など初夏におすすめの爽やかな料理を実習します。

開催日) 5 月 13 日 (木) 、
時 間) 10 : 00 ~ 13 : 00
対 象) 概ね 60 歳以上の男性
参加費) 800 円
募集数) 4 名 4/14 受付開始
持ち物) エプロン・三角巾 (バンダナ) ・手拭きタオル・マスク



自主事業のご案内

《 ボディメイクエクササイズ 》

年齢や経験を問わず、どなたでも参加できます。簡単なボクシングエクササイズを取り入れ、音楽に合わせてリズムよく身体を動かし、ストレス解消、筋力維持、美しい姿勢の保持などに大変効果的なエクササイズです。

日 時 : 毎月第 1 水曜日 10:00~11:00
(4 月は休み・5 月は第 2)
対 象 : 20 代~60 代女性
参加費 : 300 円
定 員 : 20 名 (登録制)
動きやすい服装でのご参加と室内シューズ、タオル、飲み物の持参をお願いします。

* コロナウイルス感染拡大防止対応に伴い貸室利用の時間、利用可能人数等が変更となっております。詳しくはケアプラザまでお問合せ下さい。

* 貸室利用案内 *

利用時間 9 時~17 時 [日曜日・祝日]
9 時~20 時 [平日・土曜日]

* 夜間の貸室利用につきましては、7 日前までに予約済みの場合のみとさせていただきます。
(閉館時間調整のため)

休館日 毎月第 2 火曜日
年末年始 [12/29~1/3]

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。

多目的ホール開放デー

おもちゃや簡易すべり台、輪投げなど親子で楽しく過ごせるフリースペースです。

開催日) 5 月 14 日 (金)
時 間) 10 : 00 ~ 11 : 30
対 象) 未就園児の親子
参加費) 無料
募集数) 10 組 4/15 受付開始
持ち物) 飲み物・お子様外出セット



当日のお申込みで OK !

磯子スポーツセンター主催

《 出前教室 (健康体操) 》

身近な用具を使い自宅でも実践できる健康体操です。

日 時 : 毎月第 4 月曜日 9:30~10:20
対 象 : 16 歳~中高年の方まで幅広い年齢の方対象
定 員 : 20 名
参加費 : 500 円
場 所 : 屏風ヶ浦地域ケアプラザ
動きやすい服装と室内シューズをご用意ください。マスク着用をお願いします。

横浜市屏風ヶ浦地域ケアプラザ案内図

