



# ～ 地域包括支援センター通信 ～



手口や対策を知って 自分も家族も  
**オレオレ詐欺・還付金詐欺** にあわない地域に

磯子区内の地域包括支援センターの社会福祉士が作成した「消費者被害瓦版14号」が発行され、ケアプラザで配付しています。特殊詐欺・悪質商法等はますます巧妙化しており、警察署・区役所・銀行・民生委員・医師等のあらゆる者を名乗った不審な電話から家族構成や生活パターンの個人情報を探ろうとしています。「お金」「健康」「孤独」などの不安につけこみ、親切をよそおって得た大切な個人情報を悪用されることで詐欺や強盗被害に発展する可能性もあります。こうした被害にあってしまったときには、生活基盤となる資産を失うことだけでなく心にも大きなダメージを残すことになります。



自分も家族も地域でも詐欺被害にあわないように、これはおかしい、困ったと思ったら一人で悩まずにケアプラザ等へご相談ください。



令和5年5月よりNTTが、特殊詐欺抑止にかかる無償サービスを開始します。

- (1) ナンバー・ディスプレイおよびナンバー・リクエスト
- (2) 特殊詐欺対策サービスの無償化
- (3) 電話番号の変更に関する工事費の無償化

サービスについて知りたい方は、

**NTT 東日本特殊詐欺対策ダイヤル 0120-722-455** までお問合せ下さい。

※磯子区 安全・安心メールでも情報発信されています。

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。

ご相談受付はこちら ▶▶▶ **横浜市屏風ヶ浦地域ケアプラザ 地域包括支援センター**  
住所：磯子区森 4-1-17 電話：045-750-5311  
担当職員：萩原・堀（社会福祉士） 中村（看護師）

## 屏風ヶ浦地域ケアプラザ

# ケアプラザニュース 6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。令和5年5月8日から新型コロナウイルス感染症は感染症法上の位置づけが「5類感染症」に移行され、感染対策は個人・事業者の判断が基本となりました。当ケアプラザはデイサービスも併設されていることも含め高齢者施設となっておりますので、引き続きご来館時には状況に応じた対応にご理解ご協力をお願い致します。

### ラウンジのご利用について

新型コロナウイルス感染症が「5類感染症」に移行されたことを受け、これまで中止していましたコーヒーの提供を6月より再開致します。当面は以前と同様のコーヒーサーバーでの提供ではなく、スティックタイプのお湯を注ぐセルフ形式を予定しています。また、新聞や雑誌につきましても順次再開を致しますが、ラウンジのご利用時間につきましては、1時間程度を目安とさせていただきます。ご利用の際はご協力をお願い致します。

### 布ぞうり作り

ダンスの中に眠っているTシャツや古布が履き心地爽やかな布ぞうりに変身します。世界で1つだけのオリジナルの草履作りをお楽しみ下さい。

日時：7月15日(土)13時～16時  
対象：地域の方  
定員：10名(先着順)  
参加費：300円(材料費)  
場所：屏風ヶ浦地域ケアプラザ  
持ち物：不要になったTシャツ3枚、又は着なくなった浴衣やシーツ  
針金ハンガー(ある方)  
布が切れるはさみ

主催：みもざさろん

申込受付開始 6月1日より

### わくわくきっず 元気に遊ぼう

3年ぶりに屏風ヶ浦保育園・ゆめの森保育園・ケアプラザの共催で開催します。トランポリンやサイバーホイールで思いっきり遊びましょう!!

日にち：7月25日(火)  
時間：10:00～11:30  
対象：未就学児の親子  
定員：15名(先着順)  
参加費：無料

場所：屏風ヶ浦地域ケアプラザ  
申込受付開始 6月27日より

お申込みはこちらから



下記の電話・窓口からも申し込み出来ます。

申込先：屏風ヶ浦地域ケアプラザ  
電話：045-750-5411  
申込は電話又は窓口でお願いします。

◇ 催し物のご案内 ◇

6月



日	月	火	水	木	金	土
			1 ・子育て相談 ・プラチナ体操 ・はじめての色 えんぴつ画講座	2 親子でにこにこ	3 すまいる体操	
4 	5 ・健康サポート体操 ・スマホ学習サロン	6	7 リズムに乗っていきいきエクササイズ	8 ・子育て相談 ・プラチナ体操	9 多目的ホール開放デー	10
11	12 おんぷの輪♪	13 休館日	14	15 ・子育て相談 ・プラチナ体操 ・はじめての色 えんぴつ画講座	16 サロン梅の里	17 すまいる体操
18 	19 ・コロボックルの音あそび ・スマホ学習サロン	20	21 ・赤ちゃん教室 ・行政書士による個別相談会	22 ・子育て相談 ・プラチナ体操 ・介護者のつどい	23	24
25 マスターしようフラダンス	26	27 かがやきライフ講座	28	29 子育て相談	30	

《 6月・7月の催し物は内容の変更・中止になる場合がございます 》

7月



日	月	火	水	木	金	土
						1 すまいる体操
2	3 ・健康サポート体操 ・スマホ学習サロン	4	5 リズムに乗っていきいきエクササイズ	6 ・子育て相談 ・プラチナ体操 ・はじめての色 えんぴつ画講座	7 親子でにこにこ	8
9	10 おんぷの輪♪	11 休館日	12	13 ・子育て相談 ・プラチナ体操	14 多目的ホール開放デー	15 ・すまいる体操 ・布ぞうり作り
16	17 スマホ学習サロン	18	19 赤ちゃん教室	20 ・子育て相談 ・プラチナ体操 ・はじめての色 えんぴつ画講座 ・個別相談会	21 サロン梅の里	22
23 マスターしようフラダンス	24 31	25 ・わくわくキッズ ・かがやきライフ講座	26	27 ・子育て相談 ・プラチナ体操 ・介護者のつどい	28	29

《 かがやきライフ講座 》

【第3回目】

～ オーラルフレイル予防講座 ～

噛む力・飲み込む力を維持するための最新情報を学びましょう！！お口の機能の衰えは全身の機能の衰えにつながります。

参加費無料

開催日：7月25日（火）  
時間：13：30～15：00  
定員：20名（先着順）  
場所：屏風ヶ浦地域ケアプラザ  
6月25日（日）より申込受付開始

リズムに乗っていきいきエクササイズ

いつまでも元気に動ける身体づくりを目指して、さまざまな要素を取り入れたエクササイズを音楽のリズムに合わせて行います。

開催日) 7月5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 6/1 受付開始  
持ち物) 室内履き・飲み物・バスタオル

\* 上記事業(講座)の申込先:屏風ヶ浦地域ケアプラザ 電話:045-750-5411  
申込は電話又は窓口でお願いします。

< 開館時間について >

月曜日～土曜日 ※18時～21時の夜間の貸室利用がない場合は18時閉館となります。  
詳細につきましては、ケアプラザまでお問合せ下さい。

\* 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合わせ下さい。

<URL>

[http://www.shinkoufukushikai.com/kaigo/care\\_plaza/byo\\_bu/byobu\\_home/byobu.html](http://www.shinkoufukushikai.com/kaigo/care_plaza/byo_bu/byobu_home/byobu.html)

【第4回目】

～ こうやって食べよう！元気の秘訣～

最近嗜好が変わってきた、食べられる量が少なくなってきたなどの悩みはありませんか？食を通じて回復しやすい身体づくりをめざしましょう！

参加費無料

開催日：8月23日（火）  
時間：13：30～15：00  
定員：20名（先着順）  
場所：屏風ヶ浦地域ケアプラザ  
7月23日（日）より申込受付開始

介護者のつどい

日々介護をしている中で困っていること、不安なこと、一人で悩んでいることなどありませんか？日々の介護の不安や悩みなど同じ悩みを持つ人や介護経験のある方々と語り合うことで日々の不安を解消し、気持ちをリフレッシュしましょう。どなたでも自由に参加いただけますのでお気軽にお越しください。

参加費無料  
予約不要

開催日) 7月27日(木)  
時間) 13:30～15:00

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

<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

