若葉台地域ケアスラザ×だより

2022年4月1日祭行(第90号)

社会福祉法人 創生会 横浜市若葉台地域ケアプラザ 横浜市旭区若葉台 4-16-1 045 (923) 8831 発行責任者 池田 智恵子

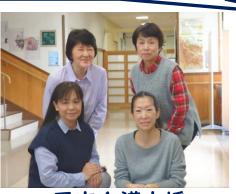
三 若葉台地域ケアプラザ 事務所職員紹介三

地域の皆さんに寄り添えるように、明るく頑張って まいります。よろしくお願いいたします!





若葉台地域ケアプラザ



居宅介護支援 (ケアマネジャー)



所長 池田 智恵子

介護や生活に関する相談を受け付けています。 まずはお電話でご予約ください。

相談専用電話:923-8833まで



(左から3名) 地域包括支援センター



(右) 生活支援体制整備



事務担当



地域活動交流



←3月の屋外の植え込みの様子です!園芸ボランティアさん渾身 の力作、河津桜と菜の花を見事同時に咲かせてくれました!!



各部署の詳細はホームページを 機両市産業金地増かァフフラザ ご覧ください!

QR コードをスマホのカメラに写 していただくか



「**若葉台地域ケアプラザ**」 で検索!





陽ざしもあたたかく道に咲く花々の彩りもにぎやかな季節となりました。春にちなみ、今回は介護保険の初めの一歩について説明します。病気や怪我などで身体の状態に変化があり、困りごとが生じた場合にまずは区役所やケアプラザに相談してください。相談の結果、必要であれば介護保険の申請となります。その際、お手元の介護保険証と主治医の名前がわかるものを持参していただくとスムーズに申請できます。その後、認定調査員が身体状況についての聞き取りに訪問し、区役所が主治医に意見書を送り記入。調査員が行った認定調査の結果と、主治医意見書をもとに介護の必要性について介護認定審査会で審査・判定を行い、認定結果(要支援1・2 要介護1~5)が届きます。この要介護状態区分の結果をもとに、必要なサービスやケアプランについて地域包括支援センターやケアマネジャーと相談していく流れとなります。

特殊詐欺にご注意ください!

息子や孫を装う、オレオレ詐欺の電話がかかってくることはありませんか? 『携帯電話の番号が変わった』

『会社の大事な書類の入ったカバンをなくした』

『会社のお金を使い込んだ』

このようなお金の要求をされるような電話があったら、詐欺を疑い、すぐにご家族や友人に相談 するようにしましょう。

また還付金詐欺(還付金の手続きを装って ATM に誘導する詐欺)も増えています。

気になる事があれば 消費者ホットライン(**2188番) または**

若葉台地域ケアプラザでもご相談を受け付けています!

お気軽に地域包括支援センターまでご連絡ください。



~若葉台地区社会福祉協議会よりお知らせ~

生活にお困りの皆さまへの

食料品等無料頒布会·生活相談会

令和4年4月10日(日)12~15時

対象者:新型コロナウイルス感染症拡大により生活変化や日常

生活に不安を抱える方

内 容:食料品・日用品・文具などの無料頒布と個別相談会

主催:若葉台地区社会福祉協議会

共催:若葉台連合自治会

協力: 若葉台地域ケアプラザ

若葉台民生委員児童委員協議会

旭区社会福祉協議会

開催場所 ショッピングセンターわかば (中華料理金満園隣り)

※中央バスターミナルから徒歩1分



事業案内(問合わせ・申込み☎923-8831)|

お花でリフレッシュ フラワーアレンジメント講座

時:5月20日(金)13:30~14:30

師:花市場 篠原一裕 氏 講

対 象: 若葉台近隣に在住の方

参加費:1500円

定 員:15名(先着順)

持ち物:上履き(必要あればエプロン)

※鋏は貸し出し可

申 込:5/2(月)11:00~5/12(木)15:00

電話または来館にて受付

チャレンジ!色えんぴつ画

誰でも簡単に参加ができる、初心者向け色えん ぴつ画講座です!

日 時: (1)6月19日(日)13:30~15:00

②7月24日(日)13:30~15:00

講師:江藤俊輔氏

対 象: 若葉台近隣に在住の方

参加費:200円

定 員:各回20名(先着順)

持ち物:上履き、あれば色鉛筆(貸し出しあり)

申 込:①・②いずれも6/6(月)11:00~

① は6/14(火)〆切

② は 7/19(火) 〆切 電話または来館で

※2回とも申込できますが、連続講座ではありません。

みんなのサロン もぐもぐ

心に病がある方のためのサロンです。ボランティア さんと一緒に楽しく工作やお花見散策などをして います。お気軽にお問合せください。

日 時:(原則)毎月第一火曜日 13:30~15:30

参加費:200円

4月若葉台自然スライドショー 5月若葉台自然散策

GOGO健康講座~2022~

足の筋力アップ・歩く姿勢の改善に重点 を置いた、立って行う体操を中心とした

連続開催の講座です!

日時:毎月第2 火曜日 10:30~11:30

講師:松永 恵美子氏

対象:65歳以上の若葉台在住で

1時間立って体操ができる方

参加費:無料 定員:15名

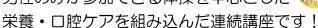
申込:4/1(金)11:00~4/5(火)15:00 来館

にて受付

※申し込み多数の場合は 4/6(水) 9:00 より抽選

男性のためのGOGO健康講座

男性のみが参加できる体操を中心とした



日 時:毎月第3火曜日15:00~16:00

講 師:金子 景子氏 他

対 象:65歳以上の若葉台在住の男性の方

参加費:無料 定員: 15 名(先着順) 申 込:4/8(金)10:00から電話にて受付

認知症サポーター養成講座

日 時:4月16日(土)10:00~11:10

内 容:認知症の理解・支援の方法と接し方

参加費:無料 定 員:15名

対象者: 18 歳以上で若葉台地域在住の方 申 込:4/5(火)10:00から電話にて受付

介護者のつどい

日 時:5月14日(土)13:30~14:30

内 容:懇談会

対象者:介護をされている方・介護経験の

ある方・介護に関心のある方

参加費:無料

※いずれの事業も、上履きの持参、入館時の検温、手指の消毒が必要になります。

※事業は感染症拡大の様子により、事前の通知なく中止となる場合もございます。ご了承ください。

「いつまでも住み慣れた若葉台で過ごしたい!」 というお話を地域の皆さんからよくお聞きします。

食事に気を付ける、運動を行うなど生活習慣を見直すことも必要ですが、特別なことではなくても、例えば外 出やおしゃべり等の日々のちょっとした活動も介護予防に繋がります。また元気なうちから趣味の活動や地域 ■ の集まりなどに参加する人は要介護認定の発生リスクや認知症リスクが低いと言われています。ケアプラザで は地域の皆さんが参加できる講座・イベントや地域活動をご紹介しています。お気軽にご相談ください。









若葉台地域ケアプラザ デイサービス らくだ新聞 2022年春号



菜の花が観賞できます●デイのテラスから河津桜と



☆富士山を眺めながらゆったり入浴しています



☆栄養豊かな昼食の

"パ・タ・カ"で発声練習します

☆マスクを付けて口腔体操



☆みんなでレクリエーション前の準備体操 で背伸び 常 『お手玉をキックする』レク





☆ゴムを使った"わっかかけ"で指のリハビリ

