

若葉台地域ケアプラザ*だより

2023年4月1日発行 (第94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

事務所職員の紹介

所長 池田智恵子

若葉台が安心して暮らせるまちであるよう、職員一同頑張っています。よろしくお願いたします。



地域包括支援センター

生活の困り事や、介護保険の申請等について相談を受け付けています。まずはお電話にて予約の上ご来館ください。

相談専用☎923-8833まで

生活支援 コーディネーター

地域の中で見守りや支え合いの輪が広がるよう協力します。



居宅介護支援(ケアマネジャー)

要介護認定が下りた方のケアプランを作成します。

事務職員として
経理等を担当
しています。

地域活動交流

貸館の運営や自主事業の開催、地域活動への協力など、ケアプラザの窓口として業務を行っています。



ケアプラザの利用についてご案内

日頃より横浜市若葉台地域ケアプラザをご利用いただきありがとうございます。ご来館にあたり、以下の通りご案内いたします。

- マスク着用は任意となっています(着用推奨)。
- 消毒、検温も任意ですが、体調不良時や感染者との接触等があれば、感染症拡大防止に努めてください。
- 上履きをご持参ください。※貸館の利用については、詳細を【地域活動交流】にお問合せください。





ケアマネジャーのつぶやき



春の日差しが心地よくなってきました。今回はデイサービス(通所介護)についての説明をいたします。デイサービスは、日帰りで施設に通い、食事や入浴など日常生活上の介護やレクリエーション、機能訓練等を受けることができるサービスです。施設を利用することで、日中おひとりで過ごすことが多い方にとっては外出の機会ができ、他者と接することで顔見知りが増えます。初めは気乗りしなかったけれども、利用するうちに楽しみになって回数を増やす方もいらっしゃいます。また、ご家族にとっても安心できる時間になります。

最近では、半日型の運動に特化したもの、認知症専門など様々なタイプがあります。詳しくはケアマネジャーにご相談ください。

<地域包括支援センターからのお知らせ>

急に具合が悪くなった、家族の様子が何となくおかしい等、不安に感じるけど、救急車を呼ぶべきか、様子を見ても大丈夫か判断が難しい時などありませんか？

横浜市には、24時間年中無休で対応方法をアドバイスしてくれる電話相談があります。迷った時はひとりで抱え込まず、相談しましょう。



電話から



または **045-232-7119** 年中無休 24時間対応
※ダイヤル回線・IP電話からはこちら

- 音声ガイダンスに従い、1か2を選択
- ・救急受診できる病院や診療所を知りたい →1を押す
- ・今すぐ受診すべきか、救急車を呼ぶべきか →2を押す

詳細は横浜市ホームページ(急病時のご相談・救急医療機関のご案内)をご覧ください。
<https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/kenko-iryu/iryu/kyubyo/14248.html>



認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り支援する応援者です。認知症について、学んでみませんか？

日 時：5月27日(土)10:00~11:30
 内 容：認知症の理解や支援、接し方など
 参加費：無料
 定 員：15名(先着順)
 対象者：18歳以上の若葉台地域在住の方
 申 込：4/27(木)10:00より電話にて受付

けあぶらカフェいこい

けあぶらカフェいこいは、だれでも気軽に話し相談できる憩いの場です！
おいしいコーヒーやお茶などを飲みながら、おしゃべりしませんか？
認知症の方とその家族、地域の人、どなたでもカフェの時間を楽しみましょう。
直接会場へお越しください。

開催日:4月9日(日)・5月14日(日)・
6月11日(日)

時 間:13:30~15:00

参加費:100円(飲み物お代わり自由・お菓子付き)



ボランティア募集中！

一緒にカフェを盛り上げませんか？

若葉台地域ケアプラザへお問い合わせ下さい。

GOGO健康講座～2023～

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一年間の講座です！



日 時：毎月第2火曜日 10:30～11:30

講 師：松永 恵美子氏 他

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(抽選)

申 込：4/1(土)11:00～4/5(水)15:00

来館にて受付

※抽選結果は4/6(木)館内及びホームページに掲載

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栄養・口腔ケアを組み込んだ一年間の講座です！

日 時：毎月第3火曜日 15:00～16:00

講 師：金子 景子氏/松永 恵美子氏 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：4/7(金)10:00より電話にて受付

春の寄せ植え講座

土をほぐして、心もほぐしましょう！



内 容：花の寄せ植え講座

日 時：4月26日(水)13:30～14:30

対 象：若葉台近隣に在住の方

講 師：竹内 恵美氏

費 用：2000円 定員：16名(先着順)

持ち物：エプロン・スコップ・上履き

申 込：4/10(月)11:00～4/17(月)15:00

電話または来館にて受付(定員に達し次第終了)

《若葉台地域ケアプラザ・若葉台地区センター共催》 横浜国大吹奏楽団コンサート

ケアプラザと地区センターから元気を届けます

日 時：5月27日(土)13:30～14:30

会 場：若葉台地区センター体育室

費 用：無料 定員：100名(抽選)

持ち物：上履き、靴袋

※履き替えが難しい方は当日お申し出ください。

申 込：5/8(月)11:00～5/17(水)15:00

若葉台ケアプラザ ☎923-8831

若葉台地区センター☎921-2213

いずれかに電話または来館にてお申込みください

抽選結果5/19(金)から館内及びホームページに掲載

はじめての紙バンド講座

内 容：紙バンド工作(小物入れ)



日 時：6月29日(木)13:30～15:00

対 象：若葉台近隣に在住の方

講 師：山下 葉子氏

費 用：500円 定員：10名(先着順)

持ち物：ハサミ・定規・洗濯ばさみ(10～15コ)

上履き

申 込：6/5(月)11:00～6/12(月)15:00

電話または来館にて受付(定員に達し次第終了)

雨宮知子 童謡コンサート

日 時：7月1日(土)開催予定！

詳細は館内掲示・ホームページにてご

案内します！お楽しみに・・・・・・・・！



介護者のつどい

日 時：5月13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・予約不要



パン工房わかば(横浜わかば学園)

パン販売を再開します！！



コロナウィルス流行により中止していましたが、満を持して再開します！ぜひ買いに来てください！

4/25(火)、5/19(金)、5/26(金)

6/9(金)、6/23(金)

各日 11:45～12:30 ※売り切れ次第終了



男性のための井戸端会議

日頃の生活や気になることを参加者同士で話しています。参加希望の男性の方はお気軽にお問合せください。

日 時：毎月第3火曜日 13:00～14:00

(4/18、5/16、6/20)

若葉台地域ケアプラザ デイサービス らくだ新聞 2023年春号

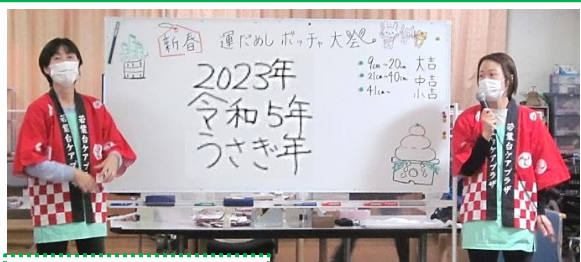


デイサービスから見える河津桜

🌸 わかば学園とデイサービスをオンラインで繋ぐ交流イベントで、特製ヘーゼルナッツチョコパンをいただきました。ご利用者が感想を伝え、様々なパンを作る苦労や工夫、普段の生活の事なども質問し合い、大変盛り上がりました。



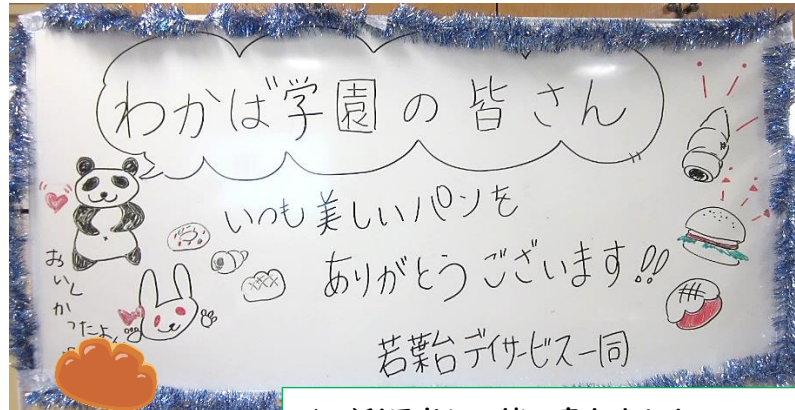
オンライン



🌸 毎年恒例の運試しボッチャ&デイおみくじレクリエーションで健康祈願!!



🌸 『バレンタインデーのおやつ』あの頃の思い出話を今添えて...



↑ご利用者と一緒に書きました
パンダのシャンシャンが帰る頃でした

🌸 新スタッフ紹介

看護師 田中 かおる



これから宜しく
願います
ご利用者の方々に
会えるのを楽しみに
しています

ドライバー 平井奈緒樹



慎重、
丁寧な運転を
心掛けます



令和五年の
“元気な鬼たち
四人衆”...
さあ正体は誰
でしょう?



デイサービスの送迎ドライバー募集
ご興味ある方はご連絡ください。お待ちしております!
若葉台地域ケアプラザ 923-8831 担当: 所長 池田まで

