

若葉台地域ケアプラザ*だより

2025年4月1日発行(第102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

地域ケアプラザは、高齢者、子ども、障害のある人など誰もが地域で安心して暮らせるよう、身近な福祉・保健の拠点としてさまざまな取組を行っている、横浜市独自の施設です。以下の事業を実施しています。

地域包括支援センター

- 地域の皆さまが安心して暮らせるよう様々な相談をお受けし、必要なサービスや関係機関におつなぎいたします。
(福祉・保健に関する相談、助言、調整)
- ・暮らしの困りごと、心配ごとをご相談ください。
- ・介護保険の申請を受け付けます。
- ・介護サービスについて説明をします。
- ・成年後見制度の案内や、消費者被害についての相談を受けます。
- 健康づくり、介護予防のための講座も開催しています。



ケアプラザ業務紹介

居宅介護支援事業

- 要介護認定を受けた方が住み慣れたご自宅で生活できるよう、お手伝いします。
- ・ケアマネジャーが、ご利用者の体調や生活の様子を見て、どんな支援が必要かを相談しながらケアプランを作ります。
- ・ケアプランに位置付けたサービスを利用するため、事業者へ連絡や調整をします。
- ・毎月訪問し、サービスの利用状況や体調の変化に合わせてケアプランの見直しをします。

生活支援体制整備事業

- 地域にお住いの一人ひとりが、心も身体も元気に自分らしく暮らせるよう、お手伝いをします。
- 地域の活動に足を運び、役立つ情報を必要としている人や団体に整理して伝えます。また、地域の皆さんと関係機関等がつながりを持つきっかけや話し合いの場づくりを行います。

地域活動交流事業

- 活動の場の提供
・地域の団体にお部屋をお貸ししています。使用には登録・申込が必要です。
- 講座、教室、コンサート等の開催
・地域にお住いの方が生きがいを持って健康に生活する事ができるような事業を実施しています。
- 地域活動の支援
・地域の個人・団体が活動しやすいように支援をします。
- ・ボランティア活動の情報提供・紹介等を行います。
- 福祉保健の推進
・福祉保健の啓発や、子育て・障害についての支援をします。

通所介護事業(デイサービス)

- 介護保険を申請し要支援・要介護の認定を受けている方を対象に、食事、入浴、レクリエーション、機能訓練を行う介護施設サービスを行っています。自宅に閉じこもりがちな要介護者がデイサービスを利用することで、心身機能の維持や向上が図れ、また要介護者の家族の介護による心身の負担を軽減させることを目標としています。



横浜市若葉台地域ケアプラザ



住み慣れた町で安心し
地域

ホームページのご案内

事業のお知らせや各部署の詳細はホームページでご覧いただけます。

右の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」で検索してください。



河津桜と菜の花のコラボレーション！成功！



毎年「園芸ボランティア」さんがチャレンジしてくれている河津桜と菜の花の同時開花。今年は見事に成功しました！！

配慮を必要としている方のための

ヘルプマークをお渡ししています。

「ヘルプマーク」は義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、または妊娠初期の方など、外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としている事を知らせることで、援助を得やすくなるよう、作成したマークです。

ご希望の方は受付でお申し出ください。



横浜市内 QR コード

毎月第二日曜日の 13:30～15:00 開催！！
認知症カフェ ※8月と1月は除く

けあぶらカフェいこい

けあぶらカフェいこいは、認知症の方やそのご家族をはじめ、どなたでも気軽に参加できる憩いの場です！一人でゆっくりと、お友達と賑やかに……思い思いにお過ごしいただけます。ケアプラザの相談員も常駐していますので、介護や認知症のことなど、困りごとや知りたいことの相談も出来ます。

おいしいコーヒーやお茶などを飲みながら楽しくおしゃべりしませんか？ 申込不要です。直接お越しください。参加費100円（飲み物・お菓子付き）

認知症サポーター養成講座

日時：5月27日（火）14:00～15:30

内容：認知症の理解や支援、接し方などを説明

※受講修了者には認知症サポーターであることを示す“認知症サポーターカード”を差し上げます。

講師：地域包括支援センター職員・旭区ひまわりの会

参加費：無料

持ち物：履き物・筆記用具

定員：20名（先着順）

対象者：原則18歳以上の若葉台地域在住の方

申込：4/15（火）11:00より電話または来館にて受付



ケアマネジャーのつぶやき

前回、ケアマネジャーは介護保険制度に基づいて、介護を必要とする方に、適切な介護サービスを受けるケアマネジメントをする役割と紹介させて頂きました。

今回は介護保険制度についてつぶやきます。

65歳になると介護保険証が区役所から送られてきます。その保険証には要介護状態区分等が記載されていません。病気、加齢などで介護が必要になった時に介護認定申請を区役所または地域包括支援センターで行い、要介護（要支援）状態と認定を受け介護保険サービスの利用を検討される時にケアマネジャーが支援させて頂く制度です。加齢に伴う特定疾患の場合は40歳から認定を受ける事が出来ます。

詳しくは区役所、ケアプラザで配布しているハートページに記載されています。ケアプラザ地域包括支援センターでは申請など介護についての相談を予約にてお受け致します。



GOGO 健康講座! ~2025~

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

メインとした毎月1回通年開催の講座です!

日時:毎月第2火曜日 10:30~11:30

講師:松永 恵美子 氏

対象:若葉台在住の65歳以上の方で

1時間立って体操ができる方

参加費:無料 定員:20名(抽選)

申込:3/27(木)11:00~4/2(水)15:00

来館にて受付

※抽選結果は4/3(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毎月1回
通年開催の講座です!

日時:毎月第3火曜日 15:00~16:00

講師:金子 景子 氏 他

対象:若葉台在住の65歳以上の男性の方

参加費:無料 定員:18名(先着順)

申込:4/4(金)11:00より来館にて受付



若葉台地域ケアプラザ スプリングコンサート

日時:4月26日(土)

13:30~14:30 (開場 13:00)

出演:加行 尚 氏

(バリトン歌手・みらい在宅若葉台診療所医師)

MSOのみなさん(リコーダー他演奏)

対象者:若葉台近隣に在住の方どなたでも

参加費:無料

定員:80名(抽選) 持ち物:参加券・上履き・靴袋

申込:4/7(月)11:00~4/15(火)15:00

電話または来館にて受付 抽選発表 4/17(木)

※1名で4名まで申込可。全員の氏名必要。



若葉台のんびり散歩

ご存じですか?長津田高尾山。大山・丹沢・箱根・
秩父方面の眺望が素晴らしいところです。

日時:4月24日(木)13:00~15:30

※雨天延期4月25日(金)

行程:若葉台ケアプラザ~長津田高尾山の往復

集合:若葉台地域ケアプラザ正面玄関前

参加費:100円(保険料含む) 定員:12名(先着)

対象:片道1時間程度歩ける方(坂道もあります)

持ち物:水分・歩きやすい靴・動きやすい服装

申込:4/14(月)11:00~4/20(日)15:00

電話または来館にて受付



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。初めて参加され
る方は事前にお問合せください。

日時:(原則)毎月第1火曜日 13:30~15:30

参加費:200円(4月里山ガーデン、5月喫茶)

よこはまシニアボランティアポイント登録研修会

日時:6月25日(水)10:00~11:30

対象:横浜市民で介護保険証をお持ちの65歳以上
の方(ボランティア未経験の方歓迎)

申込:6/18(水)15:00まで

電話または来館にて受付

(締切が過ぎてもご相談ください)



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。参加ご希望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

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24日(土)13:30~14:30

開場 13:00※早めの来館不可

会場:若葉台地区センター体育室

参加費:無料 定員:150名(抽選)

持ち物:参加券、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:5/5(月)11:00~5/14(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

※1名4名まで申込可、ただし全員の氏名と電話番号
が必要

抽選結果5/16(金)から館内及びホームページに掲載



らくだ新聞

2025年春号

若葉台地域ケアプラザ
デイサービス



フラワー
アレンジ
メント



金曜日は
麻雀の日



祝 百歳



百歳



「気付いたら 100 歳になって
いました」

☆最近のフクくん☆



僕も、3月で1歳
になりました

お誕生日会
皆様と百歳を
お祝いしました！！

★介護職員・送迎ドライバー・ボランティア（マージャン・
ドライバー・お茶出し・傾聴）募集★

一週間のうち数日でも、興味ある方はご連絡ください

923-8831 担当：池田

