

若葉台地域ケアプラザ*だより

2025年10月1日発行(第104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

今年も開催!

みんなで楽しもう!



けあぶら秋フェス

開催日: 10月5日(日) 13:30~16:00

日頃からケアプラザで練習をしている団体による発表会と、生花・雑貨・アクセサリ等の販売を行います。予約不要。ぜひお立ち寄りください!!

★貸館利用団体発表会

- ・にっこり二胡(二胡演奏)13:15~
- ・ユーカリスティア(朗読劇)13:35~
- ・ハンドステップ(手話ダンス)13:55~
- ・マンドリーヌ・奏(マンドリン演奏)14:20~
- ・若葉台おどり連(踊り)14:55~
- ・太極拳チャオヤンの会(太極拳)15:15~



★生花販売(十日市場「花市場」協力)

★障害関係団体物販

- ・テクテクの会(雑貨・お花)
- ・クローバーフレンズ(アクセサリ)



※飲食の販売はありません

★障害関係団体活動紹介・作品展示



認知症カフェ

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、だれでも気軽に話し相談できる憩いの場です! お一人暮らしの方やケアプラザの事を知りたい方など、どなたでもご参加いただけます。申込は不要。直接会場へお越しください。

日時: 10/12(日)・11/9(日)・12/14(日)

13:30~15:00

参加費: 100円(飲み物お代わり自由・お菓子付き)

~新職員紹介~



地域活動交流コーディネーター

長守 千尋
ながもり ちひろ

地域の皆様が楽しく生活できるよう、趣味のバレーボールで培ったフットワークと笑顔でお手伝いさせていただきます。どうぞよろしくをお願いいたします

ケアプラザ協力医の健康コラム

222 内科クリニック 渡部一博 先生

【带状疱疹ワクチンが定期接種】の留意点

- ・ 令和 7 年度の対象者が定期接種を受けられるのは 令和 8 年 3 月 31 日 までです。
- ・ 対象者はこれまで「带状疱疹ワクチン」を接種したことがなく、令和 7 年度中(令和 7 年 4 月 2 日～令和 8 年 4 月 1 日)にそれぞれ 65 歳・70 歳・75 歳・80 歳・85 歳・90 歳になる方・95 歳および 100 歳以上の方々です。これらの方々には「緑色の封筒に入った接種券」が配布されています。
- ・ 但し、この公費負担による定期接種は一生に一度だけです。例えば今回 65 歳の時に接種を受けないと、次回 70 歳になった時に受けようとしても(肺炎球菌ワクチンとは異なり)この定期接種は受ける事ができませんので、今回「緑色の封筒」が届いた方は必ず今年度中(令和 8 年 3 月 31 日まで)に接種をお受けいただく必要があります。
- ・ 今回の带状疱疹ワクチンには ①「@ビケン」(弱毒化した水痘・带状疱疹ウイルスを用いた水痘生ワクチン)と②「@シングリックス」(組換えサブユニットワクチン・带状疱疹ウイルスの表面タンパク質を抗原とし、免疫力を高めるアジュバントと組み合わせたワクチン。生ワクチンではないので免疫力が低下していても接種が可能)の 2 種類がありますが、②「@シングリックス」の接種が推奨されています。
- ・ この带状疱疹ワクチン(定期接種)を希望されていて効果や副反応などをお知りになりたい場合には配布された資料をよくご覧になり、最寄りの接種を実施している医療機関にご相談ください。(带状疱疹 予防接種 で検索もできます)。



ケアマネジャーのつぶやき



今回は、認定を受けた方が介護サービスを利用する手順をつぶやきます。

認定区分は要支援 1・2、要介護 1～5 などがあり、各認定区分に応じて、サービスを利用する事ができます。サービスを利用する場合は地域包括支援センター又は居宅介護支援事業所に所属するケアマネジャーにケアプランの作成を依頼し契約する必要があります。

困りごとやどのようなサービスが利用できるか、地域包括支援センター又はケアマネジャーに相談して適切なケアプランが作成され、そのケアプランに基づきサービス事業所と担当者会議という話し合いを行って事業所と契約し利用開始となります。

サービス利用開始後は、毎月、担当の地域包括支援センター職員やケアマネジャーが適切にサービスを利用できているか？新たな困りごとはないか？など電話や自宅訪問して支援を続けます。ケアマネジャーを探すご相談は地域包括支援センターでお受けいたします。介護保険証が届き、認定区分が分かりましたら速やかに地域包括支援センターにご連絡ください。

エンディングノート活用講座2025 ～旭区版エンディングノートの書き方～

日 時:10月30日(木)13:30～15:00

持ち物:上履き、筆記用具、旭区版エンディングノート(お持ちの方)

※当日旭区版エンディングノートをお配りします。

対 象:若葉台にお住まいの方

定 員:24名(先着順)

参加費:無料

申 込:10月1日(水)11:00～
電話または来館にて受付



旭区版エンディングノート

エンディングノート活用講座2025 ～成年後見制度について学ぼう！～

日 時:11月19日(水)13:30～15:00

講 師:つなぐ司法書士事務所

司法書士 塩谷 陽子 氏

持ち物:上履き、筆記用具、旭区版エンディングノート(お持ちの方)

※当日旭区版エンディングノートをお配りします。

対 象:若葉台にお住まいの方

定 員:24名(先着順) 参加費:無料

申 込:10月16日(木)11:00～
電話または来館にて受付

横浜市若葉台地域ケアプラザ

けあぷら体操

日 時:令和7年12月～令和8年3月分

(4か月ごとに募集)

原則隔週月曜日(2週間に1度)

午前・午後の部いずれか

午前の部・・・10:30～11:30

午後の部・・・13:30～14:30

対象者:若葉台在住の75歳以上の方
ご自身で歩いて来館できる方

肘掛けがない椅子で、座位を保てる方

参加費:300円

定 員:各回20名※申込多数の場合は抽選

申 込:11/10(月)11:00～11/17(月)15:00

親子でたのしむ

冬の音楽会



未就学児や小学生、保護者、その他どなたでも
気軽に参加できるコーラスとウクレレのコンサ
ートです！ご参加をお待ちしております！！

日 時:令和7年12月14日(日)

10:30～11:30

出 演: sKatt's!!(コーラスグループ)

ウクレレおじさんズ(ウクレレ)

対 象:どなたでも

持ち物:上履き

参加費:無料

申 込:申込不要です。

演奏するのは子育て中のママ・
パパのグループです！読み聞か
せのお楽しみもあります！！

当日直接お越しください。



(協力:わかば子育てサポートグループ)

介護者のつどい

介護をされている方、介護経験のある方、介護
に関心がある方が対象。情報交換や交流の場
です。

日 時:11月12日(水)13:30～14:30

内 容:懇談会 予約不要・直接ご来館ください。

みんなのサロン もぐもぐ

心の病気の診断を受けてい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 13:30～15:30

参加費:200円(10月お菓子作り 11月フラワーアレンジメント)

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。参加を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

らくだ新聞

2025 年秋号

若葉台地域ケアプラザ デイサービス

<<ミャクとフクと夏祭り>>



笑顔がステキです



おどり連さん、夏祭り期間毎日来てくださり



本当にありがとうございました。

★介護職員・送迎ドライバー募集★
一週間のうち数日も、興味ある方は
ご連絡ください

923-8831 担当：池田



盆踊りは楽しいなあ。



☆最近のフクくん☆

僕は
ケアプラザの
アイドル