

横浜市釜利谷地域ケアプラザ広報紙 平成 30 年 3 月号



やまなみ

平成 31 年 3 月 1 日発行

金沢区釜利谷南 2-8-1

TEL 788-2901

社会福祉法人 すみなす会

横浜市釜利谷地域ケアプラザ

編集責任者 藤井万里子

新年度を迎えるにあたって

春光おだやかな季節となりましたが、皆様におかれましては、健やかに過ごしのことと存じます。今年、「平成」から新しい元号へ変わる新たな年となります。団塊の世代が75歳以上となり医療・介護の需要が増加する2025年を目前に控え、「地域包括ケアシステム」を着実に構築していくことが求められています。そのため、これまで以上に地域と保健・医療・福祉がそれぞれの分野を超えて連携を深めていく必要があります。釜利谷地域ケアプラザでも地域包括支援センター3職種、地域活動交流コーディネーター、生活支援コーディネーターがそれぞれの専門性や特性を活かし一体となり身近な地域の支え合いの仕組みづくりをすすめています。また、「これからも住み慣れた地域で安心して暮らしていくために」をテーマに地域の皆様、事業所の方と一緒に考える「かまもりやーの」を開催しています。話し合いを重ね、事業所と住民の枠のない釜利谷地域でできることとして「あいさつ運動」を実施することになりました。地域の子ども、高齢者の見守りにつながり、顔なじみの関係ができ、安心して健やかに暮らせる地域づくりにつながる活動になるようマスコットとキャッチフレーズを決め、身につけて地域の中で実施して参ります。

隣近所、地域、企業や事業所も含めて多様な主体と連携しながら、生活支援、介護予防、社会参加のある地域づくりを、釜利谷地域ケアプラザ内5部署が一体となり地域の皆さまと共に支え合いの地域を推進してまいります。

今後共、皆様方のご支援ご協力をお願い申し上げます。

末筆ながら、皆様のご健勝、ご多幸をお祈り申し上げ、地域の発展を祈念いたしましてご挨拶とさせていただきます。

横浜市釜利谷地域ケアプラザ所長 藤井万里子

釜利谷のお守り！ かまもりホルダー

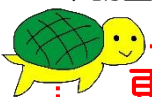
“外出先で突然倒れた、急に帰り道を思い出せなくなった”そんな万が一の事態に対応できるように、高齢者の方が携帯できる「かまもりホルダー」の申込受付を行っています。

☆対象者：横浜市釜利谷地域ケアプラザの地域包括支援センター担当エリア在住の65歳以上の方
(釜利谷東 1~4・6~8 丁目、釜利谷南 1~4 丁目、高舟台 1~2 丁目)

☆費用：200 円

☆申込み場所・申込み方法：横浜市釜利谷地域ケアプラザで、ご本人またはご家族が直接申込み

☆申請登録に必要なもの：①本人確認証(介護保険者証、運転免許証、健康保険証など)
②緊急連絡先のわかるもの(氏名、住所、電話番号)



更新手続きのご案内

釜利谷のお守り！ かまもりホルダー

かまもりホルダー更新手続きが始まります。

★対象：平成 30 年 4 月～平成 31 年 3 月に「かまもりホルダー」登録をされた方

★更新時期：登録者の誕生日

★更新方法：電話または来所にて受け付け

※更新の費用は無料です。

地域包括支援センターからのお知らせ



地域包括支援センターってどんなところ？

みなさんは、地域包括支援センターをご存じですか？すでにご存じの方も多いかと思いますが、初めて聞く方もいらっしゃると思いますので、改めてご紹介します。

地域包括支援センターは、保健師または経験のある看護師・主任ケアマネジャー・社会福祉士などの専門職を配置し、高齢者が住み慣れた地域で生活を続けることができるよう、ケアプラザに設置されている相談窓口です。

こんな時にご相談ください。

- ・介護保険の申請をしたい（区役所・地域包括支援センターにて、介護保険の申請を受け付けています）。
- ・最近、物忘れが気になっている（両親の物忘れが気になる）。
- ・家に閉じこもりがちで気持ちが塞いでしまう。
- ・足腰が弱って買い物や日常生活で少し不安がある。
- ・一人暮らしを続けられるか不安になった。



など

地域包括支援センターの主な役割

- ◆総合相談…住民の各種相談を幅広く受け付けております。
- ◆介護予防の普及・啓発…自立した生活が継続できるように健康体操・栄養改善口腔ケアなど予防教室を開催しています。
- ◆権利擁護、虐待の早期発見・防止…成年後見制度の活用促進、高齢者虐待への対応などを区と連携して行っています。
- ◆包括的・継続的ケアマネジメント支援…「地域ケア会議」等を通じたケアマネジメント支援や、ケアマネジャーからの相談を受け付けています。
- ◆介護予防支援…要支援1・2と認定された方のケアプラン作成を行います。

地域包括支援センター
事業のお知らせ

平成31年度 介護者のつどい予定表

参加費：無料 定員：30名前後

※内容は後日お知らせいたします。

日程	時間
H31年5月15日	10:00~11:30
H31年7月17日	10:00~11:30
H31年9月18日	10:00~11:30

ご相談は電話・来所で受け付けています。

来所の場合は、お待たせしたり不在の場合もありますので事前にお電話でご連絡いただくと確実です。

お申込み・お問合せは…

来所またはお電話で

045-788-2901

担当：久保田・気賀澤・浅沼



ケアプラザに**挑戦**

3月までの**限定!** 1回 **200円**で参加できます

受付中

- ・親子3B体操教室 3月8日(金)10:30~11:30 対象: おおむね2~4歳児と保護者
- ・親子たいそう遊びぴょんだクラブ 1回400円⇒**200円**
3月14日(木)、3月28日(木)10:15~11:15 対象: おおむね1歳半~6歳児と保護者
- ・きぐちゃんのからだ遊び・こころ遊び **麦わら帽子クラブ** 1回400円⇒**200円**
3月22日(金)10:30~11:30 対象: おおむね1~4歳児と保護者



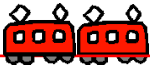
ママと赤ちゃんの**たいそう&ストレッチ**

時間: 10:15~11:15 対象: 0歳児と母親 16組
 3月7日(木)→受付中 3月: 1回400円
 4月16日(火)→3/1~受付 4月: 1回300円
 *4月から参加費が変わります



フラール広場

4月4日(木)10:00~11:30 (11:15~お片付け)
 どなたでも 35名 無料
 申込み: 3/1~ *次回予定: 6/7



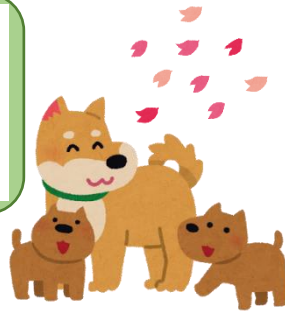
きぐちゃんの からだ遊び・こころ遊び

麦わら帽子クラブ

4月19日(金) → 3/1~受付
 5月17日(金) → 4/2~受付
 参加費: 1回300円 *4月から参加費が変わります
 時間: 10:30~11:30
 対象: おおむね1~4歳児と保護者 16組



保護者と参加する講座
 は参加人数に関係なく
ひと家族分の参加費
 となっています



長谷川みどり先生の **瞑想体験教室**

3月9日(土)、3月16日(土)14:30~15:30

ロータス瞑想の体験です。蓮(ロータス)の花のイメージを用いておこなう比較的簡単な技法ですが、奥の深い本格的な瞑想法です。

対象: 16歳以上 20名
 参加費: 1回600円 申込み: 受付中



~腰痛・膝痛予防を中心とした健康体操です~

月曜日には**体操**を!

3月11日(月)10:15~11:45 *次回予定: 4/8

どなたでも 20名 1回300円 受付中



盆踊りと民踊で体を動かして、健康維持・認知症予防
盆踊りとふるさと民踊

3月13日(水)10:00~11:15 *次回予定: 4/10
 どなたでも 16名 1回200円 受付中



一緒に**歌**を歌いましょう!

3月15日(金)13:30~15:00 *次回予定: 4/19
 どなたでも 30名 1回400円 受付中



秋葉隆行先生の **ゴスペル教室**

3月16日(土)10:30~12:30 歌詞は英語です
 どなたでも 30名 受付中 *次回予定: 4/20
 1回1000円(障がいのある方150円)



はいねずみのお針箱&和ティーサロン

3月27日(水)12:30~15:00

対象: どなたでも 1回100円
 *次回予定: 5/29

汁物、
 コーヒーつき
 お申込み不要



*** 外側もご覧ください。***

お問合せ: 横浜市釜利谷地域ケアプラザ 地域活動・交流

電話 788-2901

金沢区釜利谷南2-8-1

釜利谷地域ケアプラザ



かまりやボランティアポイント「ひこうき」



- ・この活動は、ボランティア活動を通して身近な社会のしくみの体験とライフスキル支援を目的としています。
- ・釜利谷地域ケアプラザ内でボランティア活動を行うと、ポイントがたまり、商品等と交換ができる制度です。
- ・障がいのある中学1年生から23歳までの方が対象です。詳細はお問い合わせください。担当: 菅谷

子育てサポートシステム 入会説明会 3月29日(金) 13:30~14:30

会場: 横浜市釜利谷地域ケアプラザ 多目的ホール 定員: 15名

申込み・問合せ/主催: 金沢区地域子育て支援拠点「とことこ」横浜子育てサポートシステム金沢区支部事務局 TEL 352-7110
 共催: 横浜市釜利谷地域ケアプラザ



認知症の方とそのご家族が安心して過ごせる場所（認知症カフェ）です。

開催日：毎月第4木曜日（変更の場合あり）
時間：13：30～15：30（お好きな時間にお越し下さい）
会場：カフェ・ドゥ・リアン（金沢区釜利谷東2-9-2）
参加費：無料（飲み物お菓子セットを頼む方は別途300円となります）
お問合せ：横浜市釜利谷地域ケアプラザ TEL 788-2901



発達に心配のある子どもをもつママのためのおしゃべり会「カモミール」

月に一度、発達に心配のある子どもがいるママ達が集まって「おしゃべり会」を開催しています。困ったこと、心配なこと、進路のことなどについて、一緒におしゃべりしませんか？

「ゆるいつながり」をモットーに活動しています。会費・役員はありません。

対象：主に釜利谷地区在住で、普通級籍で支援の必要なお子さんのママ、支援学級・支援学校に在籍のお子さんのママ（これから入学を控えている方もどうぞ）

活動日：3月15日（金）/4月12日（金）/5月10日（金）

連絡先：chamomile.kamariya@gmail.com 担当：久保まで。



金沢警察署ホームページより 振り込め詐欺最近の傾向

警察官、金融庁職員を名乗るオレオレ詐欺が発生しています。

騙しの手口は、警察官を名乗る女から「あなたのキャッシュカードが東京で被害に遭っていることが確認されました。今から金融庁の者が自宅に伺います。このまま電話を切らないください。」との騙しの電話が架かってくるものです。その後、金融庁を名乗る男が自宅に来て、「キャッシュカードを預かります。封筒に入れてください。」と言われたためキャッシュカードを封筒に入れ、手渡すと男は立ち去りました。被害者は、再び警察官を名乗る女と電話で話すと「後日、金融庁の者が新しいキャッシュカードを持って自宅に伺います。」と言われましたが、被害者の口座から現金が引き出されていました。

このようにキャッシュカードを騙し取り、ATM等で現金を引き出されるキャッシュカード手交（手渡し）型のオレオレ詐欺が発生しています。



地域の方のコーナー



手織り工房アミー&カフェ・ドゥ・アミーです

地域の皆様に見守られ、1月19日（土）に内覧会を開催致しましたご来場、ありがとうございました。ご都合の合わなかった皆様、火・木11:00～15:30にカフェがオープンしておりますので、ぜひご見学にお立ち寄りください。



機織り織物、手作りの他、紅茶等茶葉、手焼きクッキーの販売もしています。

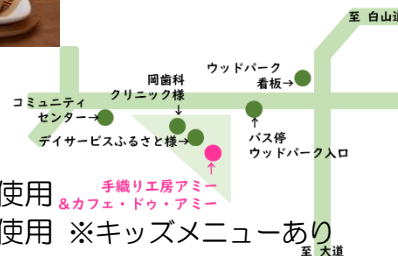
お飲物は手焼きクッキー付き紅茶はお好みの茶葉をお選びいただけます。

皆様の作品の委託販売をするレンタルボックスプチ教室のためのスペース貸しもしております。お気軽にお問合せください。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

お問合せ

社会福祉法人すみなす会
手織り工房アミー

（月～金）
TEL&FAX：374-5320
カフェ・ドゥ・アミー
（火・木）
TEL：374-5321



MENU

コーヒー 400円～ 自家焙煎縁の木様豆使用
紅茶各種 400円～ オレンジ茶房様茶葉使用 ※キッズメニューあり

広報紙「やまなみ」をお役立てください



サークル活動紹介、ケアプラザへのご要望・質問…等、皆様からのご投稿をお待ちしております。

横浜市釜利谷地域ケアプラザ 地域活動・交流まで

電話/045-788-2901 www.suminasu.or.jp/kamariya/ または

