

やまなみ



釜利谷地域
ケアプラザ HP



Instagram

令和8年9月1日発行

社会福祉法人 すみなす会
横浜市釜利谷地域ケアプラザ
金沢区釜利谷南2-8-1
発行責任者 今坂 多美子

トピックス

釜利谷地域ケアプラザの夏



夏休みは、「こどもラジオ体操」や「子ども食堂ひまわり遠足」など、暑い中たくさん子どもたちが、釜利谷地域ケアプラザに遊びに来てくれました。デイサービスの利用者さんとの交流があったり、館内に子どもたちの声が聞こえてきて、ケアプラザにとっても、思い出深い夏になりました！！
「みんなまた遊びに来てね」



行政書士による無料個別相談会

成年後見・相続・遺言などの困り事、
悩み事はありませんか？

日にち:令和8年9月24日(木)
令和8年12月24日(木)
時間:14:00~15:30(お一人様30分)

場所:釜利谷地域ケアプラザ
2階 ボランティアルーム

協力:公益社団法人コスモス成年後見サポートセンター

※完全予約制となります。

お申込・お問合せ ☎045-788-2901



運転に不安はありませんか？

～認知機能検査体験会～

【模擬】認知機能検査・目の見え方チェック・
耳の聴こえ方チェックなど

日にち:令和8年9月11日(金)
時間:13:30~16:00

定員:10名(先着順・申込制)

場所:釜利谷地域ケアプラザ 多目的ホール

対象:65歳以上のドライバー

協賛:神奈川トヨタ自動車株式会社



地域包括支援センター受付窓口時間変更のお知らせ

令和8年10月から、地域包括支援センター窓口での相談時間が変更になります。

月曜日から土曜日 9時~17時

直接ご相談を希望される場合は、上記時間内にご連絡をお願いいたします。

なお、上記時間以外や休館日(年末年始)にいただくお電話については、転送先の「相談専用コールセンター」にて、看護師などのコールセンタースタッフがご相談をお伺いします。

職員が不在の場合もございますので、来所による相談を希望される際も、あらかじめお電話でご連絡いただけますようお願いいたします。

重要！



障がいのある方も各事業にご参加いただけます。
参加にはお申込が必要です。当日でもお気軽に お問い合わせください。



釜利谷地域ケアプラザ HP



Instagram



ダンス&ヨガ

- ・9月12日(土) 8/22~受付
- ・9月26日(土) 9/12~受付
- 時間:13:30~15:00
- 参加費:500円
- 対象:16歳以上の方 12名



簡単なダンスとやさしいヨガ
※暗くするので周りは気になりません

次回予定 10/17、10/31

月曜日には体操を!

- ・9月14日(月) 8/10~受付
- 時間:10:00~11:00
- 参加費:300円
- 定員:15名



簡単なストレッチ
中心です。

講師:横浜市スポーツ協会
転倒、ロコモ、フレイル予防

次回予定 10/26

一緒に歌を歌いましょう!

- ・9月18日(金) 8/21~受付
- 時間:13:30~14:45
- 参加費:400円
- 定員:25名



童謡、唱歌、フォークソングなどを
楽しく歌いましょう。

次回予定 10/16

かま活! 健康麻雀部

- ・9月28日(月)
- 時間:13:00~15:00
- 参加費:無料



麻雀ができる方募集中
初心者の方はご相談ください。
点数計算のサポートボランティア
も募集しています。

次回予定 10/19

リズム体操遊び Moo-Moo クラブ

- ・9月29日(火) 受付中
- 時間:10:00~11:00
- 対象:1歳半~6歳児と保護者
- 参加費:無料 定員:12組
- 親子リトミック、体を使った
ゲームなど



次回予定 10/27(9/1~受付)

今日は犬の日

- ・9月15日(火) 受付中
- 時間:14:00~14:30
- 参加費:無料
- 定員 15名
- セラピー犬として活躍している
犬と一緒に癒しのひと時を
過ごしませんか。



次回予定 12/8

はりねずみのお針箱

- ・9月30日(水) 受付中
- 時間:13:00~15:00
- 参加費:無料
- 定員 18名



手芸、折り紙、トランプやオセロ
など。

おしゃべりだけでも大歓迎です。

次回予定 11/25

各種ボランティア

◆ボランティア

- ・対象:どなたでも
- ・65歳以上の方はシニアボランティアポイントの
対象になります。
- ・内容:デイサービスや釜利谷地域ケアプラザの
敷地内でのボランティア活動

まずはお気軽に
ご相談ください!



◆ひこうき

- ・対象:障がいのある中学生から 23 歳
- 釜利谷地域ケアプラザ内でボランティア活動
を1時間程度行くとポイントがたまり、商品等
と交換できます。

お部屋の貸出し

- ・多目的ホール
- ・ボランティアルーム
- ・地域ケアルーム
- ・調理室

趣味のグループ、
サークル活動、自治会や
組合の会合などに
お役立てください。

※条件によっては有料となります。

団体登録(条件あり)の必要があります。

車いすの貸出し

原則最長2週間で車いすの貸し出しを
行っています。

自走式、介助式が選べます。

※貸し出しの状況によっては選べない場合もあります。

お電話でもご予約いただけますので、

お気軽にお問い合わせください。



その他のご案内

かまりやサロン 認知症カフェ

祝日を除く毎月第4木曜日開催

9月24日(木) 10:00~11:30

参加費:無料 ※申込不要

飲み物代:50円(お代わり自由)

対象:認知症の方とご家族など

認知症についての話、情報交換など、美味しいコーヒーを飲みながらお話をしましょう。お気軽にご参加ください。



社会福祉法人すみなす会 すみなすフェスタ

10月11日(日)

時間:11:00~14:00

場所:社会福祉法人すみなす会(釜利谷地域ケアプラザ)

ポップコーンやカレー、パンなどの食べ物やゲームもあり、内容盛りだくさんです。

お子さんからご年配の方まで楽しめます!!

お誘いあわせの上ぜひ遊びに来てください!



横浜子育て サポートシステム 入会説明会

9月8日(火) 13:30~14:30

子どもを預かってほしい人(利用会員)と子どもを預かる人(提供会員)のマッチングサポート

お問合せ:金沢区地域子育て支援拠点「とことこ」内

横浜市子育てサポートシステム金沢区支部事務局 045-352-7110

こあらっこ

子育て支援者による子育て相談

年末年始と祝日を除く毎週火曜日開催

9月1日・8日・15日・29日(火) 10:00~12:00

お子さんを遊ばせたり、ゆっくり時間を過ごしながらか、先輩ママの子育て支援者に相談できます。

お問合せ:金沢区保健福祉センター こども家庭支援課 045-788-7787

釜利谷 “親子ほっとサロン” 子育てフリースペース

祝日を除く毎月第3月曜日開催

9月28日(月) 10:00~11:30 ※ミニイベントも開催

乳幼児から未就園児を持つ保護者の方で、これから友達を作りたい方やちょっと“ほっと”したい方を対象に定期的に開催しています。

主催:釜利谷子育て連絡会(釜利谷地区社会福祉協議会)

カモミール

発達に心配のあるお子さんをお持ちの保護者の方のおしゃべり会

9月18日(金) 10:00~11:30 (祝日を除く毎月第3金曜日開催)

対象:主に釜利谷地区在住で、普通級籍・支援の必要なお子さんの保護者の方、または、支援学級・支援学校に在籍のお子さんの保護者の方

お問い合わせ:カモミール 代表:久保 chamomile.kamariya@gmail.com

金沢区エンディングノート「これから」、「もしも手帳」

これからの人生を 自分らしく生きるために

金沢区エンディングノート「これから」

- もしもの時の介護・医療の希望・お金やお葬式のこと など
- 人生の主な出来事
- 興味があること・やってみたいこと

「もしも手帳」

この手帳は“もしも”に備えて、元気なうちに、治療やケアについていま思っていることを残しておくものです。



釜利谷のお守り!

かまもりホルダーのご紹介



“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、かまもりホルダーをお役立てください。

※年齢制限はありません

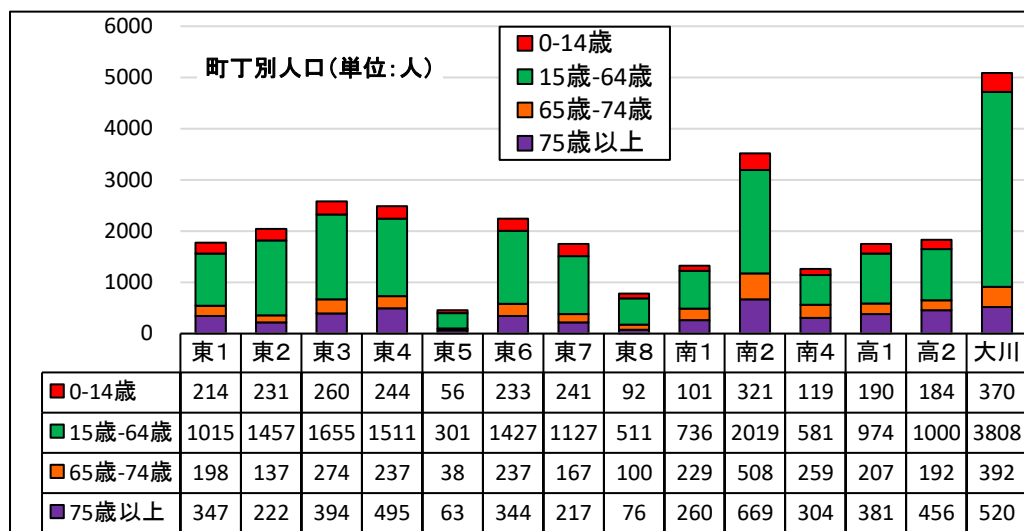
お気軽にお問合せください。



わたしたちの町の人口



出典：横浜市統計ポータルサイト
「町丁別年齢別男女別人口」
「町丁別世帯人員別世帯数」
令和8年3月末現在



人口・構成人員別割合

	金沢区	金沢区 東1	金沢区 東2	金沢区 東3	金沢区 東4	金沢区 東5	金沢区 東6	金沢区 東7	金沢区 東8	金沢区 南1	金沢区 南2	金沢区 南4	高台1	高台2	大川
総数	191,055	1,774	2,047	2,583	2,487	458	2,241	1,752	779	1,326	3,517	1,263	1,752	1,832	5,090
男性	93,263	863	1,004	1,276	1,214	231	1,086	879	419	643	1,691	604	862	896	2,469
女性	97,792	911	1,043	1,307	1,273	227	1,155	873	360	683	1,826	659	890	936	2,621
14歳以下(%)	9.64	12.06	11.28	10.07	9.81	12.23	10.40	13.76	11.81	7.62	9.13	9.42	10.84	10.04	7.27
15-64歳(%)	58.88	57.22	71.18	64.07	60.76	65.72	63.68	64.33	65.60	55.51	57.41	46.00	55.59	54.59	74.81
65-74歳(%)	12.36	11.16	6.69	10.61	9.53	8.30	10.58	9.53	12.84	17.27	14.44	20.51	11.82	10.48	7.70
75歳以上(%)	19.12	19.56	10.85	15.25	19.90	13.76	15.35	12.39	9.76	19.61	19.02	24.07	21.75	24.89	10.22
0-14歳と65歳以上(%)	41.12	42.78	28.82	35.93	39.24	34.28	36.32	35.67	34.40	44.49	42.59	54.00	44.41	45.41	25.19
65歳以上(%)	31.48	30.72	17.54	25.86	29.43	22.05	25.93	21.92	22.59	36.88	33.47	44.58	33.56	35.37	17.92

世帯数・構成人員別割合

	金沢区	金沢区 東1	金沢区 東2	金沢区 東3	金沢区 東4	金沢区 東5	金沢区 東6	金沢区 東7	金沢区 東8	金沢区 南1	金沢区 南2	金沢区 南4	高台1	高台2	大川
総世帯数	95,681	919	1,135	1,284	1,210	235	1,103	864	367	609	1,666	576	850	886	1,979
65-74歳1人世帯	4,832	57	44	48	47	11	60	42	22	26	95	29	41	41	53
75歳以上1人世帯	12,921	162	157	142	174	31	123	95	28	79	204	73	134	153	176
65歳以上2人世帯	12,352	99	40	122	131	16	107	57	40	106	268	146	119	139	197
その他	65,576	601	894	972	858	177	813	670	277	398	1,099	328	556	553	1,553
65-74歳1人世帯(%)	5.1	6.2	3.9	3.7	3.9	4.7	5.4	4.9	6.0	4.3	5.7	5.0	4.8	4.6	2.7
75歳以上1人世帯(%)	13.5	17.6	13.8	11.1	14.4	13.2	11.2	11.0	7.6	13.0	12.2	12.7	15.8	17.3	8.9
65歳以上2人世帯(%)	12.9	10.8	3.5	9.5	10.8	6.8	9.7	6.6	10.9	17.4	16.1	25.3	14.0	15.7	10.0
その他(%)	68.5	65.4	78.8	75.7	70.9	75.3	73.7	77.5	75.5	65.3	66.0	57.0	65.4	62.4	78.4

お問合せ・申込みは「横浜市釜利谷地域ケアプラザ」まで

〒236-0045 横浜市金沢区釜利谷南2-8-1 最寄りのバス停:白山道 または パークタウン東

TEL 045-788-2901 FAX 045-788-2906

ホームページ <https://www.suminasu.or.jp/kamariya/>

ご不明な点など、お気軽に
お問い合わせください。

釜利谷地域
ケアプラザ HP



Instagram



9月の休館日 9月7日

