

1月号



上白根地域ケアプラザ新聞

# あさがおつうしん

2012年12月23日発行

開催決定！

## ふれあい餅つき大会

上白根地域ケアプラザ・冬の一大行事、「ふれあい餅つき大会」の開催が決定しました！  
地域の皆さんにご協力いただき、つきたてのお餅をご用意いたします。  
また、お餅をご購入いただいた方、先着100名には無料で豚汁を配布します。  
ぜひお越しください。

日時 平成25年2月3日（日）  
午前10時から 餅つき開始  
午前11時15分から 販売開始

場所 上白根地域ケアプラザ駐車場 他



# 出前講座報告 白根台第9自治会くつろぎの場

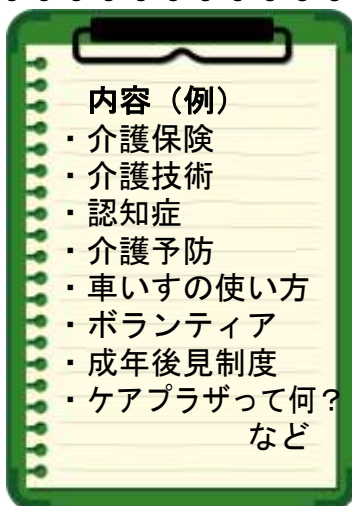
12月17日（月）白根台第9自治会が実施している「くつろぎの場」にてシニア検診を実施しました。血圧計や体組成計を使用した健康診断のほか、握力などの体力測定、健康維持に関する話をしました。当日は小雨がぱらつく天気でしたが、20名を超える方が参加されました。1月には、第二弾として認知症に関する話や血管年齢測定を実施する予定です。

## 出前講座をご利用ください

上白根地域ケアプラザでは、自治会・町内会やサークル・ボランティアグループなど地域で活動する各種団体を対象に、出前講座を実施しています。

みなさまが普段利用されている地域の会館など、ご希望の場所にうかがってお話をします。もちろん費用は無料です。

お気軽にご連絡ください。



↑ 血圧測定の様子

## パパとママの手作り教室

保育つき！

## 教えて！グランマ



ケアプラザで活動しているボランティアさんが、入園・入学に備えたグッズ作り（レッスンバッグ、くつ袋、保育園のお布団カバーなど）をお手伝いします。作り方の相談だけでも、OK!

制作に必要な布、材料は持参。ミシンは3台用意してお待ちしています。どうぞお気軽にお申し込みください。

日時 平成25年2月12日（火）10時～12時

会場 上白根地域ケアプラザ 2階 ボランティアルーム

参加費 無料

申込 平成25年1月15日（火）から1月31日（木）の間に、  
電話もしくは直接窓口で上白根地域ケアプラザ（951-3966）  
までお申し込みください。

定員 10名 ※ 応募者多数の場合は抽選を行います。

なお、お申込後2月4日（月）までに連絡がない場合にはご参加いただけません。



↑ 当日、講師を務めてくださる  
手作りボランティアのみなさん

# こちら「地域包括支援センター」です。

## 介護保険制度 レンタルベッドについて

見て納得の  
“福祉・保健情報”  
をご紹介します！

ケアプラザでは「ベッドを借りたい」というご相談を多く受けます。介護保険制度ではレンタルベッドは要介護2～5の方は利用できますが、要支援1・2、要介護1の方は原則、利用できないことになっています。

ただし、状況に応じて要支援1・2、要介護1の方でも介護保険でレンタルベッドを利用できる場合があります。

詳しくは包括支援センター(☎951-3966)までお問い合わせください。

### ① 例外で認められ、介護保険でのレンタルベッド対応となる場合

- 1 直前の認定調査の起き上がりもしくは寝返りの項目が「できない」の判定。
- 2 1に当てはまらない場合
  - ア 医師の意見（診断書への記入、ケアマネジャー等の診察同行等の聞き取り、主治医意見書への記入）に基づき判断され、
  - イ サービス担当者会議等を経た適切なケアマネジメントの結果を踏まえていることを、
  - ウ 市町村が「確認」しているものであれば、例外で認められます。



### ② 介護保険外でベッドをレンタルする。

介護保険申請が前提となりますが、介護保険外でベッドを貸してくれる事業者が多くあります。その場合、ベッドの種類にもよりますが、月額1,500～2,500円程度でレンタルできます。

※ 詳しくは地域包括支援センターへご相談ください。

## ケアプラザ協力医による1月の「もの忘れ&健康相談」

1月の開催日は次の通りです。お気軽にお越しください。  
先生のご都合で日程が変更になる事があります。  
念のため、ご来館の際はケアプラザまでご連絡ください。

- ◎日時： 1月16・23・30日 各水曜日  
午後1時30分～午後2時15分 ※要予約
- ◎場所： 上白根地域ケアプラザ2階 地域ケアルーム
- ◎協力医： はしば内科クリニック 橋場友則 院長

ご相談は  
無料です。



申込み・問い合わせ先：951-3966(電話)



# 成年後見制度特別講演会

12月12日に弁護士の千木良先生を講師に迎え、特別講演会を開催しました。

成年後見制度の概要や運用の実例などの講演のほか、質疑応答、あんしんセンターの事業説明など盛りだくさんの内容でした。参加者の皆さん(34名!)は熱心に聞き入っていました。

2月16日(土)にも成年後見制度の講座が予定されております。詳しくは別添チラシをご覧ください。

千木良先生による講演の様子 →



# 認知症サポーター養成講座

「認知症サポーター」とは、認知症について正しく理解し、認知症の方や家族を温かく見守り、支援する応援者です。上白根地域ケアプラザでは認知症キャラバンメイト 旭区ひまわり会にご協力いただき、12月18日に講座を開催しました。当日は20名が参加され、講師の話をも熱心に聞いていらっしゃいました。

講座終了後、参加者には「認知症サポーター」の証であるオレンジリングが配布されました。



# クリスマス会



12月18日、1歳~3歳児を対象にしたクリスマス会を開催しました。定員を大幅に上回る27組の申込があり、急きょ2部制での開催としました。当日は、ケアプラザ職員による読み聞かせのほか、A2ライン(旭北地区子育て支援委員会)や上白根ふわふわ隊

(バルーンアートのボランティアグループ)にもご協力いただき、パネルシアターや手遊び歌、バルーンアートなど、親子で楽しめるプログラムとなりました。

A2ライン紹介も兼ねた手遊び歌 ↓

A2ラインによる野ネズミのパネルシアター →



上白根地域ケアプラザへご意見・ご要望等がございましたら、館内「ご意見箱」へお寄せ下さい。お電話(951-3966)、E-mail(kamishirane@yokohamashakyo.jp)でも承っております。

携帯からは、こちらが便利です。



2012年12月23日発行

発行 上白根地域ケアプラザ  
旭区上白根町112  
責任者 助廣 一則  
電話 951-3966  
FAX 951-3971

