

# 7月号

# 上白根地域ケアプラザ新聞

# あさがおつうしん

2012年6月24日発行

## 出前講座をご利用ください！

「介護保険はどうすれば利用できるの？」「認知症って何？」  
「特別養護老人ホームって？」など、福祉や保健に関する疑問はありませんか？

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、ご希望の場所にかがってお話をします。もちろん費用は無料です。

ぜひ、お気軽にご相談ください。

介護保険って  
どうすれば  
使えるの？



こんな感じです！

### 内容（例）

- ・ 介護保険
- ・ 介護技術
- ・ 認知症
- ・ 介護予防
- ・ 車いすの使い方
- ・ ボランティア
- ・ 成年後見制度
- ・ ケアプラザって何？  
など

出前講座 in 旭台自治会（6月2日）

「あんしんカード提出者に対する要援護者  
安否確認者・避難誘導者合同研修会」での様子。  
車いすの使い方やイスからの立ち上がりの介  
助の仕方などを体験してもらいました。



# かみしらねキッズクラブ 参加者募集

小学生を対象に、放課後の時間に楽しめる活動を企画しています。  
ぜひご参加ください。

日時：7月23日、8月27日、9月24日  
10月22日、11月26日、12月17日  
15:00~17:00 (いずれも月曜日)

内容：バルーンアート、おやつ作り、福祉体験など

会場：上白根地域ケアプラザ

対象：小学生15名程度

参加費：全6回で1,500円

申し込み：7月17日(火)までに

電話もしくは直接ケアプラザまで

※ 詳細は別紙チラシをご覧ください



過去の実績：おやつ作り  
「クリスマスケーキ」

## 楽しく運動！ 見学随時受付中 シルバーペタンク会 参加者募集中です

「ペタンク」とは、野球ボールぐらいの球を使った運動です。  
楽しく身体を動かしませんか？見学も可能です。ぜひ一度お越しください。

日時：7月6日・20日、8月3日・17日  
9月7日・21日 (いずれも金曜日)  
10:00~11:30

会場：上白根地域ケアプラザ

対象：おおむね65歳以上の方

費用：6回 1,200円

講師：ハマスポイントストラクター 園田 貴代美 先生



# こちら「地域包括支援センター」です。

『認知症をみんなで支えるまち』

旭区徘徊 SOS ネットワークシステム

見て納得の  
“福祉・保健情報”  
をご紹介します

認知症。それは誰にでも起こりうる脳の病気。

SOS ネットワークシステムは徘徊している認知症の方を旭区全体で見守り保護するためのシステムです。



家族だけで悩まないで！  
まちぐるみで支えたい！！



協賛店も募集中！

認知症をみんなで支えるシンボルマーク「ほっとちゃん」のステッカーをタクシーやバス、店先に貼っています。

ご登録は上白根ケアプラザへ  
☎951-3966



## ケアプラザ協力医による7月の「もの忘れ&健康相談」

7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：7月 4・11・25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。



# 合同歌声喫茶2012

5月30日(水)区内のケアプラザで活動する音楽グループが集まり、合同歌声喫茶を開催しました。

会場の旭公会堂は、500名近い参加者の熱気と歌声につつまれました。

上白根地域ケアプラザで普段活動している歌声プラザ「ハーモニー」のみなさんも約20名参加し、舞台を盛り上げてくださいました。

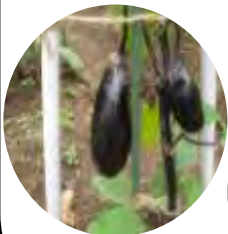


歌声プラザ「ハーモニー」とは…  
介護予防と仲間作りを目的に開催している歌の会です。ご興味のある方は上白根地域ケアプラザまでお問い合わせください。  
活動日時：毎月第3月曜日 13:30~15:30



## 上白根ふれあい農園

“上白根ふれあい農園”では、6月中旬ごろから野菜が大きくなり始めました。ゴーヤのツルも伸び始めています。ぜひ一度見にいらせて下さい。



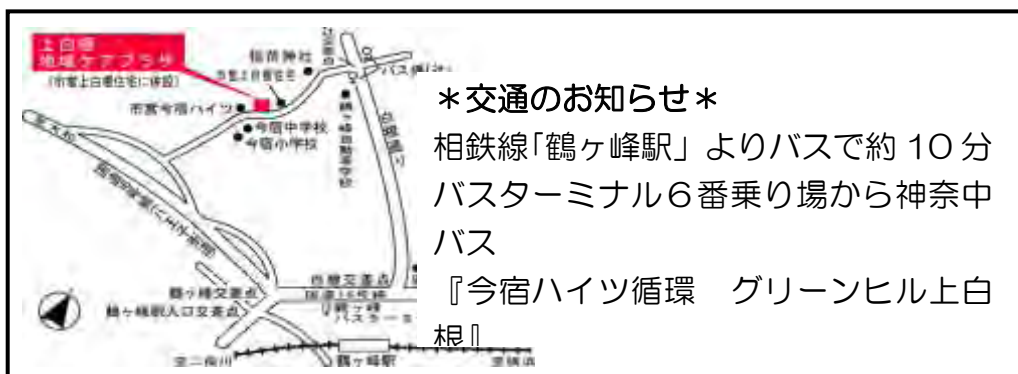
上白根地域ケアプラザへご意見・ご要望等がございましたら、館内「ご意見箱」へお寄せ下さい。お電話(951-3966)、E-mail(kamishirane@yokohamashakyo.jp)でも承っております。

## 毛糸お譲り下さい

上白根地域ケアプラザでは、クリスマスに向けて“手作りボランティア”さんにマフラーを作っていたりするための毛糸を集めています。御不用な毛糸がございましたら、上白根地域ケアプラザまでお持ちください。



携帯からは、こちらが便利です。



### \*交通のお知らせ\*

相鉄線「鶴ヶ峰駅」よりバスで約10分  
バスターミナル6番乗り場から神奈中バス

『今宿ハイツ循環 グリーンヒル上白根』

2012年6月24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