

【荇田地域ケアプラザ主催・共催事業】★記載がない場合、会場は荇田地域ケアプラザ2F 多目的ホールです。

★感染症の拡大状況等により、事業及びプログラムが変更または中止となる場合があります。

★当施設ご来館の際は、マスク着用のご協力をお願いします。

令和6年2月・3月行事予定

## 茶話会

高齢者対象

日時：2月16日(金)13:30~14:45

【語り手の方とともに…】

3月15日(金)13:30~14:45

【春のお楽しみ】

申込：初めての方要申込 参加費：100円

## えだぴよ

未就園児親子対象

時間内自由に入退出できる子育てフリースペース

日時：2月16日(金)9:30~11:30

2月は第3金曜日に開催！

3月22日(金)9:30~11:30

申込：申込不要 参加費：無料



## あざみ野南4丁目サロン

どなたでも

あざみ野南に住んでいない方も気軽に参加できます。

日時：3月13日(水)  
13:30~14:30

内容：調整中  
場所：徳江邸 車庫2階  
参加費：無料  
持ち物：スリッパ  
申込：不要

会場が分からない方は、荇田地域ケアプラザまで☎

## 荇田地区 健康・体操茶話会

どなたでも

健康のために、みんなで身体を動かします。

日時：3月1日(金)  
10:00~11:30

内容：ポッチャ  
場所：宿自治会館2階  
持ち物：動きやすい室内靴  
参加費：無料  
申込：不要



## えだ家

1人暮らしの高齢者対象

荇田地区にお住まいの高齢の方を対象に**手作りお弁当**を1食500円で配食しています。  
活動日：毎週木曜日  
対象：条件あり  
(ご利用希望の方はケアプラザまでご相談ください)

★急募!!★  
配達ボランティア  
調理ボランティアも募集中!



## 【荇田地域ケアプラザ登録団体紹介】

★参加希望の方は下記問い合わせ先までご連絡ください。

## さくらんぼ会

活動紹介

心身の発達に遅れや障害をもつ子どもたちのための療育を行っています。自立した生活を目指し、活動しています。

HPアドレス:sakuranbokai.jimdo.com  
「自主訓練会 さくらんぼ会」で検索!

## ききょうの会

活動紹介

安心して暮らすためにマンションの見守り活動を行っています。  
令和4年度には「よこはま地域福祉フォーラム」で事例発表も行いました。

## アップルツリー太極拳

活動紹介

全身を使ったゆっくりした動きの太極拳は血液の流れをよくして免疫力の向上につながります。そして身体のバランスもよくなり転びにくくなります。

活動日：月4回(金) 活動場所：荇田地域ケアプラザほか  
※詳細はケアプラザまでお問い合わせください。

## 子育て相談会場

未就園児親子対象

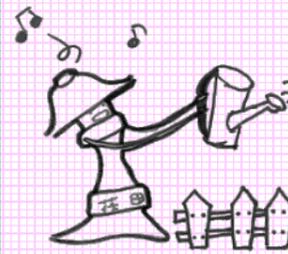
親子で遊びながら、子育てに関する相談もできます。

日時：毎週水曜日 9:30~11:30

申込：不要 参加費：無料

問い合わせ先：荇田地域ケアプラザ 045-911-8001

休館日：令和6年2月18日・3月17日



# 荇田地域ケアプラザ 広報紙 常夜燈

令和6年1月20日発行 116号

横浜市青葉区荇田町 494-7 ☎045-911-8001

荇田地域ケアプラザ 発行責任者：熊澤 美佐子

## 《講座》お医者さんの上手なかかり方 令和6年3月4日(月) 13:30~14:45

横浜市医療安全相談窓口での相談をもとに、医療機関を受診するときのより良いコミュニケーションを学ぶ講座です。

【講師】  
横浜市医療局医療安全課 職員  
横浜市医療安全相談窓口 相談員

場所：荇田地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：どなたでも

定員：20人 先着順

持ち物：上履き、外靴を入れる袋

参加費：無料

申込：電話、来館、QRコードにて  
申込締切3月1日(金)



## 強引な訪問販売や詐欺に気をつけよう!

こんな事例には気をつけて!

**事例1 点検商法** 「近所の工事のついでに無料で点検します」と訪問。屋根や床下に入り、「早く修理しないと危ない!」等と言って、不安をあおって契約をせまる商法。

**事例2 強引な訪問販売** 「不用品を買い取ります」と家に訪ねてきて、売るつもりがなかった貴金属を買い取られてしまった。また、親切顔で近づき、いろいろな商品を買わせる「次々商法」も。

**事例3 振り込め詐欺** 区役所職員等を装い、「医療費の還付がありますよ」と連絡。必要な手続きだと思って、慌ててやったところ、ATM操作で、お金を振り込まされてしまった。

**事例4 特殊詐欺(キャッシュカード被害)** 警察官や銀行員を装い、「キャッシュカードが悪用されているので預かります」と暗証番号を教えろとせまり、お金を勝手に引き出されてしまった。

**事例5 架空請求** 「(電話代等)未納料金があります。連絡がない場合は、法的手続きに移行します」とスマートフォンにメッセージが届いたり、電話がかかったりして、慌てて連絡をしてしまった。

### 【対応方法】

- おやみに事業者を家に入れない!
- その場で決めず、家族や周囲の人にまず相談
- 「しまった!解約したい!」と思ったら、クーリング・オフ(一定の期間内であれば無条件で契約を解除できる制度)
- 最寄りの警察に相談する
- 消費生活総合センターや地域ケアプラザに相談する



…等

# 地域ケア会議を開催しました



地域ケア会議とは、高齢になっても住み慣れた地域で暮らし続けるために、地域に暮らす人たちが自分たちの手で住みやすい地域をつくるための会議です。  
地域で活動している住民や介護・保健、福祉関係者が参加し、個人の困りごとや地域の課題について話し合いました。

【第1回】8月31日に実施した「地域ケア会議」では、事例を通じて、地域の見守りやつながりについて、皆さんからたくさんの意見がでました。貴重な意見を元に、次につながっていきけるよう、考えていく機会となりました。



ちょっとした相談から、気にかけるようになって、つながった。壁があっても、声かけをしていくことが大切。

一人と一人がつながっている。そういうちょっとしたつながりが増えればよいのでは。



いろいろな組織が層になって見守れば、安心して暮らし続けられるのでは。

家に愛着のある人が多い地域。これからはもっと見守りが必要な人が増えると思う。

近隣住民の困りごとに気づいたら、地域ケアプラザに橋渡しすることが見守る側の役割。

【第2回】10月31日に「地域ケア会議」を行った地域では、高齢者などの支援が必要な方に対して、いろいろな場面で地域住民による見守りや関わりがあることがわかりました。

ケアマネジャーや訪問介護事業所の声「地域の人がかんんなに見守ってくれていることが分かって、よかった。」



3月号では、続編として「地域包括ケアシステム」について掲載します。

訪問や声かけの回数が多すぎると、迷惑ではないかを感じることもあるけれど、ご本人から「迷惑ではない。頼りにしている」と言われて、うれしい。



5~10年後のために、地域全体に見守りの意識が広まり、根づきることが大切。

## LINE 公式アカウントを開発しています！

荏田地域ケアプラザのイベント情報や広報紙など、最新情報を配信しています。

ぜひご登録ください。  
ご登録は LINE の友だち追加から右の QR コードを読み取るか、ID 検索で「@619vnevi」を検索してください。

お友だち募集中！



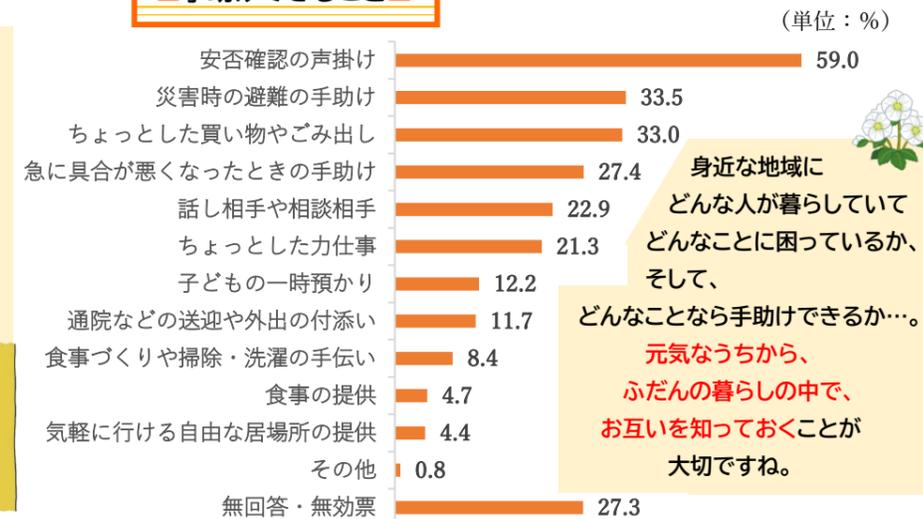
## 令和5年公表「令和4年度青葉区区民意識調査 調査結果報告書」の一部をご紹介します！

青葉区民の意識やニーズ等を把握し、『住みつけたい・住みたいまち 青葉』の実現に向けた区政運営や政策立案の基礎資料として、本報告書は活用されています。

〈問〉  
あなたは、地域の困っている人にどのような手助けができると思いますか。  
また、少し困ったことがあった場合、地域から手助けしてもらいたいことはありますか？  
(当てはまる項目に○はいくつでも)

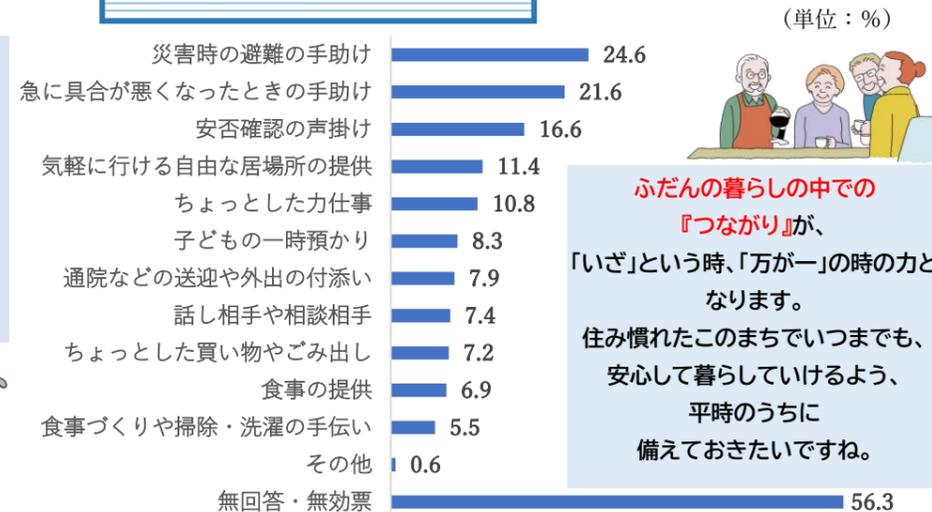
### 手助けできること

手助けできることは、「安否確認の声掛け」が最も高くなっています。近隣に「安否確認の声掛け」を実践している方はいらっしゃいますか？  
近所でできる『近助(きんじょ)』、右記の選択肢以外にもどんなことがあるでしょうか？



### 地域に手助けしてほしいこと

手助けしてほしいことは、「災害時の避難の手助け」が24.6%となっています。  
「災害時の避難の手助け」を頼める人が近くにいますか？遠い親戚より近くの他人…、災害時だけではないかもしれません。



- 調査地域：横浜市青葉区
- 調査対象：5,000人(青葉区内に居住する満18歳以上の個人)
- 抽出方法：住民基本台帳から無作為抽出
- 調査方法：郵送又はインターネット回答によるアンケート方式
- 調査期間：令和4年9/30～10/14
- 有効回答数：2,833

ご自身が暮らす地域のために困っている人の手助けをしたい方、また、住み慣れた身近な地域の人に手助けしてもらいたい方、荏田地域ケアプラザまでご相談ください。