

ケアプラザのイベント情報や地域活動、ボランティア活動の最新情報をお知らせしています。スマートフォンで右記のQRコードを読み取り、各アカウント(サービス利用)の登録をすると情報を受け取ることができます。登録をお待ちしております。

※受信には各アプリのダウンロードと登録が必要です。

下記QRコードを読み取り♪

LINE PIAZZA



下記の講座はすべて無料 場所は二ツ橋地域ケアプラザ 多目的ホールで開催
申込・問合せは ☎045-361-9807 FAX045-361-9868

介護者の集い いつぶくの会

開催:奇数月の第3木曜日 13:30~15:00
内容:介護に必要な情報や、癒しの時間を提供しています。
対象:介護されている方
定員:毎回10名程度
次回開催7月20日(木)13:30~15:00
座談会を予定しています



サマーチャレンジ 小学生福祉講座



車いす・高齢者疑似体験
7月26日(水)10:00~11:30
対象:小学生3年生以上
(家族同伴可但し見学のみ)
定員:12名 先着順(7/1~申込開始)
持ち物:上履き・汗拭きタオル・飲み物・筆記用具
共催:瀬谷区社会福祉協議会

ちびっこ☆ルーム

子育て中のママ、パパを応援します。自由遊び、子育ての相談もできます。
日程:基本毎月最終金曜日
※2月のみ第3金曜日
(8月・12月は休み)
時間:10:30~11:30
申込:1か月前10:00から
先着7~10組程度
対象:瀬谷区在住の未就園児と保護者
共催:にこてらす



スタイル

瀬谷区在住・在勤・在学中、発達・知的・精神等の障害があり現在就労している方、就労を希望している高校生以上20代までの方、二ツ橋地域ケアプラザに保護者なしで通える方
申込制 定員15名 ※初めての方歓迎です!

- ★ 8/6(日)10:00~12:00
内容:音楽とダンス
- ★ 10/8(日)10:00~12:00
内容:長屋門クイズラリー



編集後記 今回の広報紙は皆様のお役に立てるよう、ケアプラザの情報を載せました。地域でお困りのことありましたら、ケアプラザに相談して頂けたらと思います。また体調を崩しやすい梅雨の時期、お気を付けてお過ごしください。



かがやき

二ツ橋地域ケアプラザ広報紙 令和5年7月号

(社福)横浜市社会福祉協議会
横浜市二ツ橋地域ケアプラザ
瀬谷区二ツ橋町83-4
電話 361-9807
FAX 361-9868
発行責任者 所長 宮島 耕一

もっとあなたの身近な存在に!



二ツ橋地域ケアプラザ

地域ケアプラザは、地域における福祉・保健の拠点となる施設です。概ね中学校区を目安に、市内の各地域に設置されています。皆様のお住まいのエリアを担当しているのが、二ツ橋地域ケアプラザです。今回の広報紙かがやきは、地域ケアプラザはどのようなときに利用できるの?という疑問にお答えする内容です。誰でも利用できる地域の身近な相談窓口ですので、お気軽にご相談ください。

介護保険の利用について相談したい

地域の情報を知りたい

ボランティアをしてみたい

詳しくは中面に



地域ケアプラザは、エリア内にある病院の医師にも協力いただきながら、取組みを進めています。

おしえて!平野先生

暑い夏を乗り越えよう!

二ツ橋地域ケアプラザ協力医
ひらの内科クリニック平野 雄介 医師

熱中症を予防して暑い夏を乗り切りましょう!

熱中症とは、高温多湿な環境下において、体内の水分及び塩分(ナトリウム等)のバランスが崩れたり、体内の調整機能が乱れるなどして発症する障害の総称です。コロナ感染にも注意が必要ですが、熱中症も同じように怖いので屋外ではできる限りマスクを外すようにしましょう(特に夏!).

☆予防のポイント☆

- ①室温は28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう!
- ②「のどが渴いた」と感じたときには、すでに水分不足になっていることが多いので、のどが渴かなくてもこまめに水分補給をしましょう!
- ③通気性の良い洋服を着て、外出時には帽子をかぶるなど、日よけ対策をしましょう!
- ④日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりをしましょう!



ケアプラザを知ってもらいたい！近くにあるケアプラザを上手に利用してみませんか？

包括支援センター

地域住民のみなさまが住み慣れた地域で生活を続けられるように支援をおこなう、横浜市の委託相談機関です。「介護保険の使い方」「足腰が弱くならないように運動したい」等お気軽にご相談ください。相談は無料です。



看護師
菅 朋子



主任ケアマネジャー
平田 哲久



社会福祉士
佐藤 綾子



所長
宮島 耕一

ニッ橋地域ケアプラザ

☎ 045-361-9807
FAX 045-361-9868

地域活動交流事業

地域に暮らす全ての人たちが、支え合って暮らせるような住民全体の地域作りを支援します。

子育てサロンの開催、赤ちゃん教室や、サークルへのお部屋貸しをします。



地域活動交流コーディネーター
瀧澤 佑夏

障害者の余暇支援事業や、障害理解講座をします。



居宅介護支援事業

要介護認定を受けられた方が、安心してご自宅で生活が送れるようケアマネジャーがケアプランを作成し必要なサービス関係機関との連絡・調整を行います。



居宅ケアマネジャー
上村 哲秀

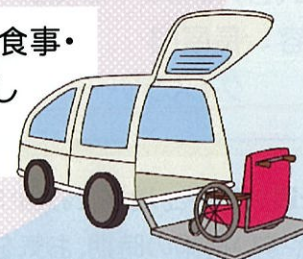


通所介護事業



通所生活相談員
塩澤 久美子 ・ 濱谷 美恵子 ・ 鈴木 翔太

要支援・要介護認定を受けた方々に日帰りで食事・入浴・レクリエーションなどの各サービスを提供しご本人ご家族の在宅介護を支援します。



生活支援体制整備事業

ご高齢の方お一人おひとりができる事を大切にしながら住み慣れた地域で自分らしく暮らせるまちづくりを地域の皆さんと一緒に進めます。



生活支援コーディネーター
山口 瑞生

