

情報伝言板



申込み・問い合わせは・・・
(045)826-0925

※各事業は状況により内容変更や中止になる場合もありますのでご了承ください。

募集

ボランティア入門講座
懇談会

自分に合ったボランティアを探してみませんか？活動実践者からお話を聞きます。



日時：6月11日（金）

10:00~11:30

場所：東戸塚地域ケアプラザ 多目的室

対象：地域住民 どなたでも

定員：15名（先着順）

参加費：無料

持ち物：マスク・上履き・筆記用具

申込：5月10日（火）10:00より

電話または来館にて受付

募集

「遺言書」
書いてみよう

相続と遺言の講義と例題から実践！
その場で指導のもと書いてみましょう。



日時：6月29日（火）

10:00~12:00

場所：東戸塚地域ケアプラザ 多目的室

対象：地域住民 どなたでも

定員：15名（先着順）

参加費：無料

持ち物：マスク・上履き・筆記用具

申込：5月20日（木）10:00より

電話または来館にて受付

血管が若返る！ グーパー運動！

目標回数 10回×2セット



① 両手を前に出し「グ〜」と握り

② 「パ〜」と握った手を開く

③ 「グ〜」「パ〜」を声に出しながら、握って開いてを繰り返し行います。

○血管をグッと縮めてパーと緩める動きは、血管をしなやかに保つ効果あり！
高血圧予防にも！TVを見ながらなど気軽にチャレンジしてみてください。

2021年 5・6月号



発行：社会福祉法人横浜市社会福祉協議会
横浜市東戸塚地域ケアプラザ
住所：横浜市戸塚区川上町4-4
電話：826-0925（代表）
FAX：824-8615
発行日：令和3年4月24日
発行責任者：新垣 孝典



ご挨拶



この度、室井所長の後任としてまいりました
新垣 孝典（あらがき たかのり）です。

3月までは、都筑区社会福祉協議会で主任として勤務し、法人事務の他、
共同募金運動、生活困窮者向け業務などに取り組んでおりました。

実は、戸塚区に参りますのは人生で2回目です。大学進学時に栃木県から
上京した際に住んだのがこの区でした。それから20年余り経ち、かつて
お世話になった地域の皆さまと福祉保健活動を推進する機会をいただく
こととなり、大変ありがたく思っております。

前任の所長や職員が、地域の皆さまと積み上げてきたことを引きつぎ
まして、みんなでささえあい、取り組みを進める地域活動の支援に務めて
参ります。これまでと変わらず、東戸塚地域ケアプラザへご理解とご協力を
いただきますようお願い申し上げます。

日頃のリフレッシュは
愛犬との散歩です。
2時間くらい歩く時もあり
ます。



中面はケアプラザの
部門紹介です！
職員紹介は似顔絵。
似てるかしら……

東戸塚地域ケアプラザ
マスコットキャラクター
はっぴーちゃん



五景会
『この一句』

ベランダに
千し物だ
五月晴れ
藤原正男





地域のみなさまとともに、つながりのある地域づくりを進めていきます。



新垣所長

生活支援体制整備事業

- ◆高齢者一人ひとりが**できる事を大切に**しながら自分らしく暮らし続けることができるよう、**助けあい・支えあう地域づくり**を住民の皆様と一緒に取り組んでまいります。
- ◆変わりゆく日常の中でも、高齢者が**「生きがい」**や**「役割」**を持って過ごせるよう、**健康づくり**や**社会参加**の機会がある地域づくりを進めます。



生活支援
コーディネーター

事務担当

- ◆デイサービス新聞やお誕生日カード等の作成、経理のお仕事や備品管理、電話受付、窓口担当などケアプラザの縁の下の力持ちです。



事務職員



地域活動交流事業

- ◆子育て中の方、障がいのある方、ご高齢の方・・・みなさまのご要望に沿った**講座の企画**や**サロン等の居場所**を提供しています。
- ◆**ボランティア活動**を応援します。活動紹介、スキル講座等を行います。
- ◆地域活動、情報交換や集いの場等、身近な福祉活動の拠点として**多目的室**、**調理室の貸し出し**を行っています。
※貸館の利用には団体登録が必要です。



地域活動交流
コーディネーター



サブコーディネーター

地域包括支援センター

- ◆地域の身近な**“相談窓口”**として、福祉・保健に関する相談に
応じています。
- ◆地域の情報や制度についてわかりやすくご案内します

＜たとえば・・・＞

介護保険の利用について、介護予防講座、成年後見制度、消費者被害、認知症について、出張ミニ講座など

地域包括支援センター職員
介護予防プランナー



通所介護（デイサービス）

要支援・要介護の認定を受けた方に、日帰りで**送迎**、**入浴**、**食事**、**日常動作訓練（レクリエーション）**、**フットケア**などを提供し、ご本人やご家族の日常生活を支援します。

- ◆利用方法：まずは担当ケアマネジャーにご相談ください。
- ◆12月29日～1月3日を除き、毎日実施（土、日、祝日も実施）
※デイサービスの空き状況についてはご確認ください。
- ◆サービス提供時間：10:15～15:20（送迎時間を除く）



通所介護相談員

居宅介護支援

- ◆**要介護の認定**を受けられた方が、安心してご自宅で生活できるように、ケアプランを作成します。
- ◆サービスの導入にあたっての悩みなど、ご本人・ご家族と一緒に考えていきます。

まずはお気軽にご相談ください。
045-821-5544（直通）
月～金 9時～17時
※祝日・第2（月）はお休みです。



ケアマネジャー

