

# 5月 主催事業カレンダー

感染症等の状況により事業の変更や中止もございます。ご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 ★子どもの居場所 15:30~17:00【参加自由】	4	5	6	7
8	9 	10 ★ぶらざ・かふえ・ゆるり 13:00~15:00【事前問合せ】 ★物忘れ&健康相談 13:30~14:30【予約優先】 ★介護者の輪 13:30~15:30【参加自由】 ★子どもの居場所 15:30~17:00【参加自由】	11 ★転ばん体操 9:30~12:00 【予約制】	12	13	14 ★ユルヨカ 13:00~15:00 【予約制】
15	16	17 ★物忘れ&健康相談 13:30~14:30【予約優先】 ★子どもの居場所 15:30~17:00【参加自由】	18	19	20 ★白根学園「麦の丘」 パン販売 11:30~13:00 【売切れ次第終了】	21 ★お茶のみサロン 13:30~15:00 【予約制】
22 休館日	23 ★ウォーキング講座 10:00~11:30 【コミュニティハウス】 【予約制】	24 ★子どもの居場所 15:30~17:00【参加自由】	25	26	27	28
29	30	31 ★子どもの居場所 15:30~17:00【参加自由】				



## 上白根地域ケアプラザ新聞

2022年4月24日発行

# あさがおつうしん

# 5月号



所長 柴崎 浩志 (しばさき ひろし)

みなさん、初めまして。4月1日付で上白根地域ケアプラザ所長に着任いたしました柴崎 浩志 (しばさき ひろし) と申します。前任地は同じ旭区内の老人福祉センター福寿荘で2年間勤務しておりました。地域ケアプラザは過去、もえぎ野(青葉区)、寺尾(鶴見区)に勤務しておりましたので3か所目となります。

旭北地区の目指す「人にやさしく。包み合うまち」の実現に向けて、地域の状況や特性などみなさま方に色々と教えていただきながら日々努めてまいりたいと思います。

どうぞよろしくお願いいたします。



介護予防支援プランナー 多田純夫 (ただ すみお)

この度、介護予防支援プランナー として採用されました多田純夫 (ただ すみお) と申します。

15年ほど前に、当所においてケアマネジャーを1年半ほど担当していたことがありますが、それ以降はずっと障害福祉の仕事に携わってきました。

皆様にはご迷惑をかけず、少しでもお役に立つよう努めます。



### 各事業のお申込み・問合せは・・・

電話：045-951-3967

★各事業の参加お申込・問合せは、上白根地域ケアプラザまでご連絡ください。  
【\*ご提供いただいた個人情報、本プラザ該当事業のみに利用し、御本人の同意なく第三者へのご提供等目的外に使用することはありません。】



**\*交通のお知らせ\***  
相鉄線「鶴ヶ峰駅」より  
バスで約10分  
〇バスターミナル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』バス停前  
〇バスターミナル7番乗り場から  
【中山駅/西ひかりが丘団地】行き  
「辻」バス停下車。徒歩5分。信号  
すぐ左、稲荷神社の坂上り、一つめの  
信号すぐ

2022年4月24日発行  
発行 横浜市上白根地域ケアプラザ  
旭区上白根町112  
責任者 所長 柴崎 浩志  
電話 045-951-3967  
FAX 045-951-3971  
E-mail kamishirane@yokohamashakyo.jp  
URL  
<https://www.yokohamashakyo.jp/kamishirane/>

# 第49回 生活支援コーディネーターかみしらね地域活動探検記

## ～出張講座～認知症講座in白根三信自治会

コロナの感染拡大防止のため、2回延期となりましたが、4月3日(日)にやっと開催することができました。雨にもかかわらず24名の方が参加されました。上白根地域ケアプラザの包括支援センター職員の社会福祉士、齊藤と、鈴木が認知症の種類や症状の話、予防法、かかった後の家族や周りの方のかかり方、受診場所や介護保険サービスの紹介、また徘徊SOSネットワークなど話をしました。80分ほどの内容でしたが皆さん熱心に受講されていました。



白根8丁目の三信自治会館はケアプラザから遠いため、ケアプラザが出張します。

認知症は誰もがかかる可能性のある病気です。きちんと食事をとり、運動をし、睡眠をとることはどんな病気にも当てはまる予防法ですが、脳を活性化するために多くの方と会話をしたり、コミュニケーションをとることが何より大切な認知症予防法になります。お隣近所のおしゃべりや趣味、地域の中で役割を持つことも大切ですね。



日時：令和4年5月10日(火)  
令和4年6月7日(火) <予定>  
13:30 ~ 15:30

※毎月第一火曜日(祝日等の場合は第二火曜日)開催

場所：上白根地域ケアプラザ ボランティアルーム  
持ち物：うち履き、くつ袋  
参加費：無料 ※予約不要です

介護で悩んでいることがある。  
介護の情報を聞ける仲間が欲しい。  
話ができる場所が欲しい。

## 「もの忘れ&健康相談」 ぜひご利用ください!



どなたでも  
どうぞ!

ご相談は無料です

**【予約制】ケアプラザあてにご連絡ください。**

今後の開催日は次のとおりです。お気軽にお越しください。  
なお、先生のご都合で日程が変更になる場合やケアプラザの利用状況により中止になることもあります。

日時：5月10日(火)・17日(火) (予定) 13:30~14:30 6月は未定です (相談のある方はご連絡下さい)  
医師：橋場 友則 先生(はしば内科クリニック・旭区医師会所属)



## ～地域で活躍しているボランティアさん紹介 vol.11～

あさがおつうしんでは地域でご活躍されているボランティアさんを連続で紹介しています。今回は白根小学校の生徒さんの通学支援をしてくださるガイドボランティアさんをご紹介します。



左から 梅木様、高橋様、吉本様、高瀬様、丹野様

ガイドボランティアとして活躍して下さる5名の方のご紹介です。ガイドボランティアとは、障がいのあるお子さんの通学支援をするボランティア活動です。5名の中には、初めてガイドボランティアを始める方から、すでに他のお子さんの支援に入っている方など、様々な顔ぶれで新1年生のお子さんをサポートしていただきます。経験者の方からは「一緒に歩いているといつも発見があって楽しい」と話していただきます。優しいボランティアさんと一緒に楽しい学校生活がスタートできますね。

ガイドボランティアにご興味がある方、是非ケアプラザにお問い合わせください。



養成課程 参加希望者は視聴必須!

横浜市 市民後見人養成課程 説明会

6/10(金)9時~6/30(木)17時まで  
動画配信します!

※視聴環境のない方は、会場での動画上映会あり  
(横浜市健康福祉総合センター 他)

☆詳しくはこちらへ☆  
横浜市社会福祉協議会横浜生活あんしんセンター  
電話：045-201-2009 (市民後見担当)  
メール：ansin-c@yokohamashakyo.jp

お気軽にお申込みください!

## ぷらざ・かふえ ゆるり

～あなたの居場所がココにあります～

- ・誰かと話したい、一人で過ごすのはさみしい...
- ・お友達と一緒にコーヒーでも飲みながらホッと一息つきに。

日時：5月10日(火)  
毎月第2火曜日 13時~15時  
場所：上白根地域ケアプラザ 多目的ホール  
参加費：100円

