

子どもの居場所

要 登 録

日 時：毎週火曜日
15:30～17:00
場 所：上白根地域ケアプラザ
勉強したあとには楽しい遊び時間
とおやつがあります。

ぷらざ・かふえ・ゆるり

日 時：6月10日（火）
13:00～15:00
場 所：上白根地域ケアプラザ
持 物：上履き
参加費：100円
※どなたでも参加できます。

転ばん体操

要 申 込

日 時：6月11日（水）
①9:30～10:30
②10:40～11:40
場 所：上白根地域ケアプラザ
持ち物：上履き・タオル・飲み物
※参加費がかかります。

GO!GO!健康活動講座

要 申 込

『ツボ押しで体調も快適に！
セルフケア講座』
日 時：6月13日（金）
10:00～11:30
場 所：上白根ケアプラザ
持ち物：上履き・飲み物・タオル

白根学園『麦の丘』パン販売

日 時：6月20日（金）
11:30～12:30
場 所：上白根地域ケアプラザ
※売り切れ次第終了

上白根お楽しみサロン

要 申 込

『参加型コンサート』
日 時：6月21日（土）
13:30～15:00
場 所：上白根地域ケアプラザ
持ち物：飲み物、上履き、靴袋

脳トレ！
大人のそろばん教室

要 申 込

日 時：6月27日（金）
10:00～12:00
場 所：上白根地域ケアプラザ
持ち物：筆記用具・上履き・
そろばん（あれば）

6月夜間閉館
のお知らせ

6月2日（月）

上記日程は18時に閉館いたします。
よろしくお願いいたします。

各事業のお申込み・問合せ

電 話:045-951-3967

メール:kamishirane@yokohamashakyo.jp

★各事業の参加お申込み・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
○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
○バスターミナル7番乗り場から
相鉄バス【中山駅/西ひかりが丘団
地】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

2025年5月25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/



上白根地域ケアプラザ新聞

2025年5月25日発行

あさがおつうしん

6月号

地域の身近な相談相手

民生委員・児童委員・主任児童委員の活動



☆地域ケア会議にもご参加いただきました☆



旭北地区で活躍している民生委員・主任児童委員さんです

～民生委員・児童委員～

民生委員は非常勤の地方公務員（無償）とされ、児童委員を兼ねています。民生委員は自らも地域住民の一員として、医療や介護の悩み、妊娠や子育ての不安、経済的困窮などさまざまな相談に応じ、見守り活動も行っています。相談内容に応じて、適切な専門機関につなぎます。守秘義務がありますので、相談内容の秘密は守ります。

～主任児童委員～

主任児童委員は子どもへの支援を専門に担当する民生委員です。児童福祉に関するさまざまな相談に応じ、学校や児童相談所と連携してこどもの健全育成に取り組んでいます。子育て支援グループなどへの協力もしています。

☆☆活動にご興味のある方はケアプラザ（左雨）までご連絡ください☆☆



上白根地域ケアプラザ 自主事業のご紹介

参加をご希望の方は職員まで！

ぷらざ・かふえ・ゆるり



近隣にお住まいの方を対象に、毎月第2火曜日に開催しています。コーヒーボランティアの皆さんが淹れる、豆から挽いたコーヒーを飲みながらほっと一息つきませんか。

赤ちゃんから高齢者までどなたでもご参加いただけます。多世代の仲間づくり、参加者同士の交流の場を考えている皆さん、お気軽にお越しください。



脳トレ！大人のそろばん教室

近隣にお住まいのおおむね65歳以上の方を対象に、毎月第4金曜日に開催しています。

仲間づくりや近隣の方々との交流だけでなく、手先を使うことでの認知症予防や集中力の向上にもつながります。初心者の方から検定を目指す方まで、様々なレベルの方が講師の指導を受け活動しています。

自主事業やデイサービスで、ボランティアとしてご協力いただける方も随時募集しています！
ご興味のある方は職員までお声がけください。



毎月第一火曜日（第一火曜日が祝日等の場合、第二火曜日）
13:30 から開催しています。

開催予定日：6月3日（火） / 7月1日（火）

介護者の輪は、現在介護をしている方などを対象に、同じような経験をしている方同士で話をする場です。

また、毎回介護に関するミニ講話なども行っております。

介護に悩んでいる方、情報が欲しい方、話をしたい方は気軽にご連絡、ご参加ください。

募集

GO！GO！健康活動講座（ごごかつ）

からだの変化が気になりだしたら始め時！様々な内容で高齢期を生き生き過ごすためのヒントが得られる講座となっております。一人では何かを始めにくくても、誰かと一緒ならば始められる。そんな一歩を踏み出す月1回の講座「ごごかつ」です

第4回 8月8日（金）

10:00～11:30

『いつまでもイキイキ過ごすための口腔ケア
～年齢とともに変わるお口事情～』



会場：上白根地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：概ね65歳以上の方

持ち物：上履き、タオル、お飲み物

★申込み受付は、7月11日（金） 11:30～ 来所かお電話で。

第75回 生活支援コーディネーター地域活動探検記

5月10日（土）に令和7年度第1回旭北地区まちぐるみ福祉推進会議が行われました。

新年度を迎え、新たな参加者も加わり、各部会とも一人ひとりが知恵を出し合い、目標達成に向けて必要なことや具体的にどのように進めていくかなど、活発な意見交換が行われました。“まちぐるみ”という名前のおり、住民一人ひとりが自分らしく暮らせるまちづくりに向けて、ぜひみなさんのお声もお寄せいただき、一緒に取り組んでいきましょう。

まちぐるみ福祉推進会議は、第4期きらっとあさひプラン(旭区地域福祉保健計画)に取り組む計画推進の母体です。

旭北地区の目指す地域像である「人にやさしく、包みあうまち」の実現に向け、連合自治会や地区社会福祉協議会、民生委員・児童委員など、地域の様々な方々が参加されています。「安心安全なまちづくり」「夢のあるまちづくり」「和み親しめるまちづくり」という3つの目標を掲げ、地域の皆さんのご意見や思いを反映して、検討・取組を行っています。



「もの忘れ＆健康相談」

日時：6月 3日（火）・10日（火）

7月 1日（火）・ 8日（火）（日程は変更になることもあります）

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）



【予約制】

どなたでも相談できます。
お気軽にお申込みください。

