

ふれあいくん

葛が谷地域ケアプラザ広報紙 10・11月号

Vol.
115



参加費
無料

令和7年度
葛が谷地域ケアプラザ
チームオレンジ事業

令和7年10月1日発行
横浜市葛が谷地域ケアプラザ
住 所：都筑区葛が谷16-3
代表電話：045-943-5951
発行責任者：川田 将之

わたしのとなりに 認知症

～ 家族や地域そして本人ができること ～



人気ブロガー
「カータン」をお招き
して、介護・認知症の
体験談、さらに、
あんなことや
こんなことをお話し
いただきます！



認知症の本人とともに暮らしやすい まち をつくろう

12/14(日)

13:30-15:00

※開場13:15～

会 場：葛が谷地域ケアプラザ
対 象：どなたでも
定 員：40名（申込制先着順）
※定員に達し次第終了

申込方法：電話または窓口

申込期間：10/15(水)9:00～
12/7(日)

講師：カータン プロフィール

2007年 3月 ブログ『あたし・主婦の頭の中』開始。
2008年 3月 JAPAN BLOG AWARD 2008 総合グランプリ受賞。
2015年12月 ライブドアブログ OF THE YEAR2015 最優秀グランプリ賞
著書『健康以下、介護未満 親のトリセツ』『お母さんは認知症、お父さんは
老人 ホーム介護ど真ん中!親のトリセツ』等

【問合せ・申込先】

社会福祉法人 横浜市社会福祉協議会

横浜市葛が谷地域ケアプラザ

住所：横浜市都筑区葛が谷16-3

電話：045-943-5951

地域の活動紹介

葛が谷地域ケアプラザが担当する地区では、住民同士の交流・つどいの場や健康づくりへの取組などの地域活動が盛んに行われています。身近な地域で楽しんだり元気になれる場所をご紹介します。

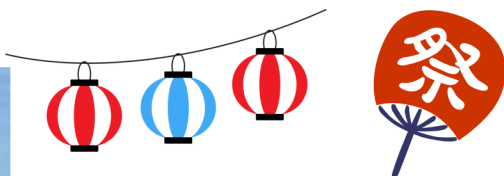
ケアプラザ職員も伺っておりますので、ご相談等がございましたらお気軽にお声がけください。

地域の夏祭りが開催されました！

葛が谷地域ケアプラザが担当する地域では、7月～8月にかけて夏祭りが開催されました。どの地区のお祭りも、子どもから高齢者までたくさんの地域住民が集まり、楽しいひとときを過ごしました。毎年恒例の子どもみこしや、やぐらを囲んだ盆踊りの姿がとても華やかでした。

また、自治会や地域の各団体、ボランティアなどが連携しさまざまな模擬店、ビンゴ大会やじゃんけん大会を実施し、地域全体が一体となって祭りを盛り上げていました。

地域の絆を深める夏のイベントとして「また来年も楽しみ」という声が多く聞かれていました。地域の活力が感じられる素晴らしい一日でした。



自主事業の報告

「庭木のお手入れ講座」開催



令和7年8月30日（土）、葛が谷地域ケアプラザ多目的ホールにて、地域住民を対象に「庭木のお手入れ講座」を開催しました。

横浜マイスターを講師に迎え、木々の性質や剪定のコツなど、映像を交えながらお話しいただきました。

横浜マイスター
木下先生

当日は、住民同士のちょっとしたお手伝いをする「生活支援ボランティアグループ」の活動員の方々も勉強会として参加し、剪定ボランティア活動での質問もたくさんいただきました。

参加者の皆さんは熱心に耳を傾け、メモを取る姿が印象的でした。



さまざまな剪定道具の紹介・実演を
してくださいました

事業・講座のご案内

手芸サロン

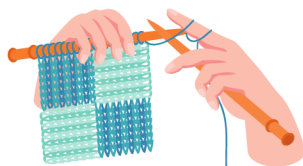
毎月第4水曜日 13:30~15:00

編み物や刺しゅう等、一緒に楽しみませんか。

日時: 10月22日(水)

11月26日(水)

対象: どなたでも



※初参加の場合は要申込
※材料や道具は各自持参



ふれあいくん

パパくらぶ

参加費無料



パパも仲間をつくりませんか。
地域のボランティアさんも一緒に遊んでくれます! ご参加お待ちしております。

毎月第1土曜日

10:00~11:30

日時: 10月4日(土)
11月1日(土)

対象: パパと未就園児

定員: 13組(申込不要!!)

子育てサロン きらきら

イベントを通じて友だちづくりや情報交換をするための地域のサロンです。

毎月第3金曜日 10:00~

定員: 13組(事前申込先着順)

対象: 未就園児とその保護者(きょうだい児の参加可)

参加費無料

10月17日(金) 10:00~11:00

出張 親子の広場 ぷらっとカフェ

「リズム体操」講師: 木村 博子氏

元気をもらえる先生です



共催: ふれあいの丘地区社会福祉協議会

協力: NPO法人 りんぐりんく

: ふれあいの丘地区 民生児童委員

申し込み用二次元コード
(申込開始 9月19日 11:30~)

11月21日(金) 10:00~11:00

はじめてのコンサート「ママゴスペル詩音」

ゴスペル曲の他、みんなが

知ってる大好きな歌を歌って

くれます♪ 泣いても大丈夫!

申し込み用二次元コード
(申込開始 10月17日 11:30~)



きらきらスペース 親子体操

参加費 ¥500

10月19日(日) 10:00~11:30

11月16日(日) 10:00~11:30

定員: 10組(事前申込先着順)

対象: おおむね2~3歳のお子様と

その保護者(きょうだい児の参加可)



体を動かしてリフレッシュしましょう!



▲申込用二次元コード

パパ育児応援講座

参加費無料

パパも育児を楽しもう! パパ同士で交流してみませんか?

日程: 11月29日(土) 子どもにウケる! 絵本の読み聞かせ & 仕事子育て両立方法 等

時間: 10:00~11:30

講師: 山本 博之氏(全日本育児普及協会認定講師)

対象: パパと0歳~3歳くらいまでのお子様

(ママ、きょうだい児の参加可)

定員: 8組(各回事前申込先着順)

持ち物: お子様がお気に入りの絵本・

おもちゃ等、大人と子どもの飲み物



▲申込用二次元コード

座談会の時間もあります。皆で情報交換しましょう!

ふれあいボッチャ

参加費無料



ボッチャは、どなたでも楽しめるスポーツです。お子様も大歓迎です。ご参加お待ちしております。

毎月第2水曜日 12:30~15:00

毎月第3木曜日 9:30~12:00

日時

10月 8日(水) 12:30~15:00

10月16日(木) 9:30~12:00

11月12日(水) 12:30~15:00

11月20日(木) 9:30~12:00

※どなたでも参加できます。

※申込不要です。

地域包括支援センターよりお知らせ

11月開催！相続税講座・個別相談会のお知らせ



「うちは財産なんてそんなにないから関係ない」「まだ元気だから大丈夫」と思っていないですか？実は相続税って誰にとっても身近なテーマで、早めに知ることによって将来の安心につながります！

今回は税理士が相続税の基本を分かりやすく解説し、個別相談も行います。暮らしの中でちょっと気になることを、この機会にきいてみませんか？

日時：11月29日(土) 葛が谷地域ケアプラザ多目的ホール

・相続税講座：14:00～15:00

・個別相談会：①15:15～15:45(4組) ②16:00～16:30(4組)



【問合せ・申込先】葛が谷地域ケアプラザ 地域包括支援センター 担当：片桐

11月介護者のつどいのお知らせ

参加費
無料

【歯周病予防と正しい歯磨き講座】

歯周病予防の方法、正しいブラッシング方法などを一緒に学び、爽やかな“健口づくり”を目指してみませんか？

日時：令和7年11月25日(火) 10:00～11:30

講師：都筑区福祉保健課 歯科衛生士 原口 明奈 氏

場所：葛が谷地域ケアプラザ ボランティアルーム

【問合せ・申込先】

葛が谷地域ケアプラザ 地域包括支援センター 担当：片桐



ほら、
よこはまは
あったかい

社会福祉法人 横浜市社会福祉協議会

横浜市葛が谷地域ケアプラザ

住所：横浜市都筑区葛が谷16-3

電話：943-5951 FAX：943-5961

相談専用電話：943-5915

ご相談の際は、まずはお電話にてご連絡お願いいたします。

(夜間の貸部屋の予約がない場合は、18:00で閉館する場合があります。)

開館時間

月曜日～土曜日 9:00～21:00

日曜・祝祭日 9:00～17:00

休館日：第4日曜日・年末年始

(デイサービスは日曜日および年末年始がお休み)



葛が谷地域ケアプラザHP
※夜間開館については、こちらからご確認ください。



都筑ふれあいの丘駅より徒歩3分