



長津田地域ケアプラザ新聞

長津田地区見守りネットワーク協力事業者意見交換会 (地域ケア会議)のご報告♪

令和7年12月11日(木)

地域でのゆるやかな見守り～ささえあいチェックリストを活用して～

「向こう三軒両隣ともに支え合うまちづくり運営委員会(以下向こう三軒委員会という)」ささえあいネット部会では前回の意見交換会の声から、「ささえあいチェックリスト」の作成が進んでいます。今回は見守り協力事業者など総勢40名の皆さんと、リストの活用について活発な意見交換を行いました。

地域ケア会議とは？

地域の高齢者が住み慣れた場所で暮らし続けられるよう、地域の支え合いについて話し合う会議です。



この活動を行っている「向こう三軒委員会」について

向こう三軒委員会は住民によって構成され、地域の誰もが安心して生活ができるよう「ささえあいネット部会」「高齢者福祉部会」「こども・子育て部会」の3つの部会を中心に活動がすすめられています。今後もケアプラザ、区社協、区と連携し、より良い長津田をつくっていききたいと思います。長津田自治連合井上会長



新しく登録いただいた協力事業者の皆さま



金融機関として地域貢献をしていきたいという理念があります。見守りにフォーカスした協力が今後できればと思います。
(きらぼし銀行長津田支店 安藤支店長)



開業して20年。区医師会の副会長も務めていますが医師会は地域医療を担うものと考えます。皆さんとのつながりを大切に思っています。
(なごや耳鼻咽喉科 名古屋先生)



商店街や自治会の活動にも参加しています。今後も見守りの視点で地域の方々と関わっていききたいです。
(しらはた胃腸肛門クリニック横浜 白畑先生)

ささえあいネットに参加でき嬉しく思っています。訪問診療を主に行っています。お手伝いできることがあればよろしくお願ひします。
(島津メディカルクリニック 岩端先生)



これからよろしくお願いします！

「ささえあいチェックリスト」について出された意見

- 親しみやすいデザイン、内容が見やすい。
- 様子が心配な時にどこに連絡すればよいか分かるところが良い。
- 地域に知ってもらえるよう、身近な場所や団体へ配布したい。
- シートのネーミングを親しみやすいものにできないかな？



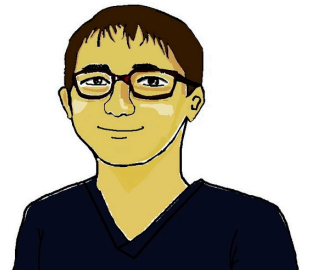
今後の展開は？

長津田自治連合会、長津田地区社会福祉協議会、民生委員・児童委員協議会、見守りネットワーク協力事業者と連携し、地域で身近に活動されている団体や、自治会、身近な場所での活用について、検討していきます。

ご近所ささえあいチェックリスト長津田版(案)

向こう三軒委員会
ささえあいネット
福田部会長





花粉症の時期がきました～予防と対策～

2026年の花粉の飛散開始予測は、寒気が抜ける2月末頃から始まります。神奈川県自然環境保全センターは2026年春のスギ・ヒノキの花粉飛散量の予測について、スギは「過去7番目に多い」、ヒノキは「過去3番目に多い」と発表しました。花粉が多いのは、2025年7月、8月が記録的な猛暑であったことや、前年の雄花の着花量がやや少なかったことが要因と推定されています。花粉症のピーク時期は3月上旬から3月下旬までで2026年は、例年よりも早い花粉症シーズン入りが予想されています。早めの対策が必要ですが花粉症症状のある方はかかりつけ医や耳鼻科専門医、眼科専門医の受診をお勧めします。

【花粉症の予防と対策】

- ①花粉を避ける（顔にフィットするマスクやメガネを装着しましょう）
- ②花粉飛散の多い時間帯（昼前後と夕方）の外出を避けましょう。
- ③花粉を室内に持ち込まない（花粉が付きにくい露出の少ない服装を心がけましょう）
- ④手洗い、うがい、洗顔、洗髪で花粉を落としましょう
- ⑤室内の換気方法の工夫（空気清浄機などの使用）
- ⑥洗濯物や布団の外干しを控えましょう。

長津田のどんど焼き

今年も年神様のお見送りであるどんど焼きが行われ、団子を焼き無病息災が祈願されました。子どもから高齢者までたくさんの方が参加され、お話をたくさん伺うことができました。お邪魔させていただきありがとうございました。



長津田辻
自治会



南長津田団地
自治会



県営長津田
団地自治会



御前田
自治会



下長津田
自治会



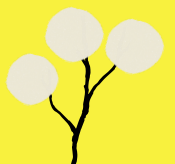
杉山原自治会
ウォルトンズ
自治会



御幸通り
自治会
/大石神社



東向地団地自治会
東向地自治会
緑自治会



どんど焼きの火で焼いた団子（繭玉）を食べると、その年は虫歯にならず病にかからないと教えていただきました！

<講座を開催しました>

成年後見制度について

杉山原自治会(12/6)



自治会員様向けの研修として、成年後見制度についての講座開催のご依頼をいただきました。社会福祉士の原が講義を行い、成年後見制度の利用について留意すべき点や、エンディング・ノート作成の提案などをいたしました。

認知症サポーター養成講座

カフェYou(12/17)



カフェYou参加者の方々から講座開催のご依頼があり、実施しました。認知症について「自分ごと」として考えることの大切さに気付いて良かった。「もっと早くケアプラザの存在を知っていたら」とのお声もあり、啓発の必要を改めて感じました。

長津田おたのしみ会

ゲスト：コナミーズ(1/29)



合計25名の皆様のご参加があり、コナミーズの皆さんの歌と演奏に合わせておなじみの曲を歌いました。歌の合間では、ゲストの軽快なトークを聞いた皆さんが笑顔になっていました。「また参加したい」という感想もあり大好評でした。

<介護者のつどい～頑張りすぎない介護のススメ～>



奇数月の第4水曜日の午後に「ご家族を介護している方」や「これから介護を始める方」を対象に開催しています。

前半はお役立ち情報、後半は介護のお悩みを話す交流会です。

開催日時 / 令和8年3月25日(水) 13:30~15:00 (要申込)

5月27日(水) 13:30~15:00 (要申込)

場所：長津田地域ケアプラザ / 多目的ホール

すべてのお申込み・お問合せ☞長津田地域ケアプラザ

RELAX

いぶき野・長津田町・長津田1～7丁目・長津田みなみ台 地域の皆さまへ
介護や生活に関するお困り事は、ありませんか？

電話：045-981-7763 (相談専用)

時間：月～土曜 9:00～18:00

日・祝日 9:00～17:00

※上記以外の時間帯および休館日は、
相談専用コールセンターに転送し対応します。

休館日：毎月第4月曜日、年末年始

相談員が外出している場合があります。まずは、お電話でご連絡ください。

- ・ご相談は無料です。
- ・介護保険の申請ができます。
- ・匿名でのご相談や近隣の方からのご相談もお受けします。

生活支援コーディネーターだより

地域活動のお手伝いを
しています。



生活支援コーディネーター江波

地域の方々の技が花開く！！

デイサービスでのボランティアありがとうございました。

地域に根差した活動をされている方々が、日ごろの成果を長津田地域ケアプラザデイサービスで披露してくださいました。デイサービスのご利用者さまにとってこのような機会は顔なじみの方と出会えたり、地域の風土・文化に触れることができる貴重な時間です。ご利用者さまの笑顔が増え、一緒に幸せを感じることができました。

長津田地域ケアプラザでは、特技や経験を活かして活動して下さる方々を歓迎しています。デイサービスはもちろん、活動の場についてのご相談もお受けしています。皆さんの“好き”や“得意なこと”や“磨きをかけている技”を、輝かせてみませんか？ お気軽にご相談ください♪

12/1



さわやか太極拳クラブ

太極拳を体験！呼吸に集中し心も体もリラックス。

12/6



花みずき

利用者の皆さんも一緒にフォークダンスを体験しました！

12/24



リーブルサクソフォンカルテット
サクソ4重奏の音色にうっとり♪
演奏は素晴らしく、感動します。

12/25



コーロ・アマービレ

いつも綺麗で心温まる歌声をありがとうございます。江波は心が洗われます。

1/6



長津田お囃子保存会

庄巻の演奏と演技！長津田の歴史と伝統を肌で感じることができました。

おまけ 12/27



長津田地域ケアプラザ 職員バンド！

令和7年最後の営業日、この日のために結成された職員バンド。マツケンサンバで盛り上がりました！またいつか登場するかも？

発行元：社会福祉法人 横浜市社会福祉協議会

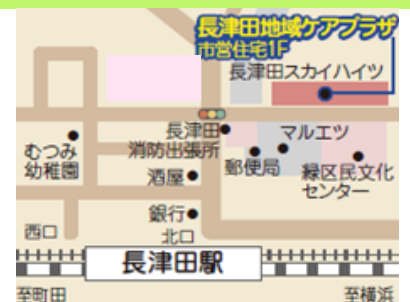
発行責任者：所長 熊澤 美佐子

＜横浜市長津田地域ケアプラザ＞

住所：横浜市緑区長津田2-1 1-2

代表電話：045-981-7755

休館日：毎月第4月曜日、年末年始



横浜市長津田地域ケアプラザ