

たまたて箱



<第125号>令和5年3月25日

〔発行：反町地域ケアプラザ〕

横浜市神奈川区反町1-11-2

電話 321-8004

FAX 321-8077

<http://www.yokohamashakyo.jp/tanmachi/>

お困りごとは…**地域包括支援センターへ** 気軽にご相談ください

こんな「知りたい」「利用したい」のご相談をお受けしています。

・介護保険って何？ケアマネジャーって？

・足腰が弱くなってきて心配…

・最近物忘れがひどくなってきたけど…認知症？

・一人暮らしになって、この先どうする？

・老人ホームってどんなところ？

地域包括支援センターとは、介護・医療・保健・福祉などの側面から高齢者を支える「総合相談窓口」です。専門知識を持った職員が、高齢者が住み慣れた地域で生活できるように介護サービスや介護予防サービス、保健福祉サービス、日常生活支援などの相談に応じており、介護保険の申請窓口も担っています。

来所相談をご希望の場合は、事前にお電話等で連絡（ご予約）のうえ、お越しくださいますようお願いいたします。

介護者のつとめ

『認知症予防に向けた音楽療法』

日々の家事や介護などにより知らず知らずのうちにストレスや疲労が溜まりがちです。そんな、日ごろのストレスにより疲れてしまったご自身へ音楽の鑑賞による癒しやリラックスを与えて、心身の回復をしてみませんか？

講師：日本心理療法士協会認定音楽セラピスト

日時：5月23日（火）13:30～

場所：反町地域ケアプラザ 多目的ホール

対象者：介護や介助が必要な方を看ている家族



出前講座のご案内

自治会町内会やシニアクラブなどの地域の集まりや、ボランティアグループが主催する催しに、職員が出向いて講座を行います！内容のご相談などは、お気軽にお問い合わせください☆

<主な講座内容>

- ①認知症サポーター養成講座
- ②認知症予防・脳トレ
- ③口腔ケア
- ④栄養・食事
- ⑤運動・体操
- ⑥介護保険について
- ⑦成年後見制度・ライフデザインノートなど

～新しい職員のご紹介～

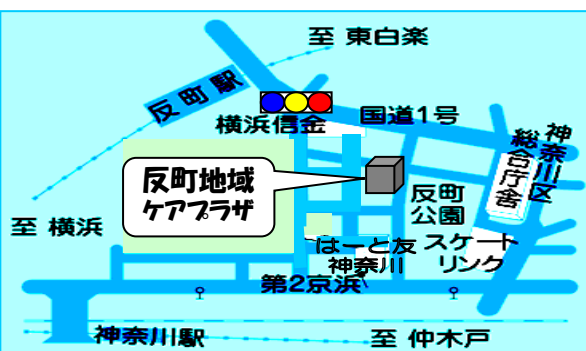
私のモットー

人間万事塞翁が馬

みなさまに一言

**安心して過ごしてもらえよう努めますので、
よろしくお願いたします。**

**通所介護部門
生活相談員 関口**

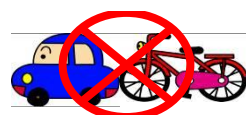


☆反町駅より徒歩3分☆

開館日：月曜日～土曜日 9時～21時

日曜日・祝日 9時～17時

休館日：毎月最終日曜日、年末年始



※駐輪・駐車場はありません。



幸ヶ谷地区

幸ヶ谷地区では、約3年ぶりに「とん汁大会」が3月5日（日）神奈川公園にて行われました。入り口での検温チェックや整理券配布制など感染症対策を工夫しつつ、自治会町内会による野菜販売や「幸ヶ谷小学校おやじの会」によるポップコーン&わたあめ販売なども行い、小さな子どもから高齢者まで幅広い方が来られました。会場内では「お久しぶりね」と声を掛け合う場面も見られました。このとん汁大会はもともと炊き出し訓練と顔の見える関係づくりがきっかけ。行事を通じ、お互いに顔を見合って近況を語り合う交流の場にもなっていました。



神西地区

神西地区では「神西地区ふれあいスポーツ大会」が年2回浦島小学校にて行われました。ふれあいスポーツ大会で行う競技はグラウンドゴルフ。浦島小学校の校庭に長距離・短距離それぞれコースを作り、6人1パーティで編成しゲームを進めます。パーティには小学生から高齢者まで、町内会も年齢も全部混合にした編成で、自然と世代交流ができていました。参加者の1ショットに同じパーティが一喜一憂したり、応援し合ったり、ホールインワンが出ると皆で喜んだりと皆さん楽しそうに参加されていました。



行動制限を経て...各地区で

活動再開 & 始動しました。



青木第一地区では「ボッチャ試行会」が12月4日（日）青木小学校にて行われました。コロナ前から企画を温めていた「ボッチャ試行会」ついに始動しました！地区のなかでも町内会によってボッチャ経験に差があるため、今回はボッチャを知るためのお試し会となりました。ボールの種類や投げ方、点数の数え方等をケアプラザボッチャ参加者の有志メンバーから教わり、最後にはゲームにも挑戦していました。次回は本格的に大会を実施するとのことです。青木第一地区はボッチャ熱が高まる一方です。

青木第一地区



青木第二地区では「福祉の集い」が3月12日（日）韓国会館にて行われました。4年ぶりの開催となり、町内会ごとのテーブルでお菓子やお弁当を囲み、「久しぶり、元気だった？」などの声掛けから話も弾んでいました。皆さんを引き付けるマジックショーや鳴子と手拍子で南京玉すだれ、「横浜市歌」と「ふるさと」を会場の皆様で合唱し楽しまれていました。参加者の方から「来てよかったわ」との声が聞かれました。

青木第二地区



赤い羽根共同募金 ご報告

赤い羽根共同募金について、当プラザでも昨年末まで募金箱を設置しました。皆様のご協力により、おかげさまで**13,820円**の募金が集まりました。

いただいた募金は、県共同募金会を通じて県内・地域での福祉活動や民間社会福祉施設の整備等に配分されます。



ご協力
ありが
とうご
ざいま
した！

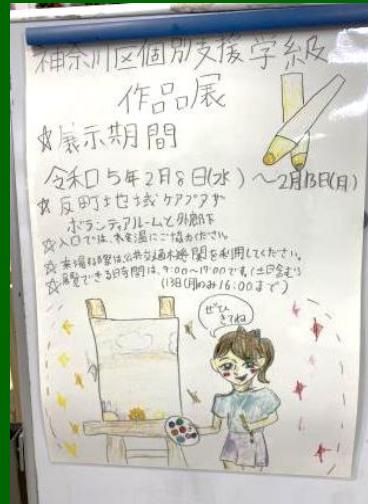
ヨコハマ寄附本 ご報告

本による新しいかたち【ヨコハマ寄附本】
～読まなくなった本を寄付金にかえませんか～

「ヨコハマ寄附本（善意銀行）」について、みなさまのご協力で令和5年3月現在で7,115円の寄付を行うことができました。お一人お一人のお気持ちが積み重なり、横浜市の福祉に役立てることができています。ありがとうございます！引き続き回収していますので、よろしくお願いいたします。

<神奈川区中学校個別支援学級作品展> ご報告

2月8日（水）～13日（月）まで、ボランティアルームを会場に作品展を開催しました。どの作品も力作ばかり！素敵な作品がたくさん並びました。作品展には生徒さんや先生方、保護者の方々、ケアプラザ利用団体のみなさま、デイサービスのご利用者様など、たくさんの方たちにご覧いただきました。ありがとうございました！



神奈川区
区内中学校の7校が参加
写真はほんの一部ですが、
どれも大好評でした☆



<ご近所お茶のみ会>



反町地域ケアプラザにて、約28年にわたり高齢者を対象とした、サロン活動を実施しています。コロナ禍において、活動に制約がある中でも、ボランティアさんが毎回内容を検討・工夫しながら運営しています。

このたび、**神奈川区社会福祉協議会福祉活動功労者感謝状**を授賞されました。おめでとうございます！

- ◆日時：毎月第2・4水曜日
13:00～14:45
- ◆対象：反町地域ケアプラザ周辺にお住まいの高齢者
- ◆内容：ゲーム・工作・脳トレ 等

※見学・参加ご希望の方はケアプラザまでお問い合わせください



反町地域ケアプラザ予定表



4月

午前開催
午後開催

※主催・共催事業を掲載しています。新型コロナウイルス感染拡大状況により予定が変更する可能性があります。詳細はケアプラザまでお問合せください。

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 貸館抽選会 反町体操教室	4 布おもちゃグループ 青木なかよし会	5 Ah~さくら体操教室	6 木曜いこいの広場	7 反町男塾 健康相談	8
9	10 たんたんキッズ ポッチャ	11 布おもちゃグループ	12 ご近所お茶飲み会	13	14 反町活き粋シニアの会	15 悠々亭
16	17 反町体操教室	18 布おもちゃグループ	19 Ah~さくら体操教室	20 木曜いこいの広場	21	22
23 30 休館日	24 ポッチャ	25 布おもちゃグループ	26 ご近所お茶飲み会	27	28 反町活き粋シニアの会	29

5月

午前開催
午後開催

日	月	火	水	木	金	土
	1 貸館抽選会 反町体操教室	2 布おもちゃグループ 青木なかよし会	3	4 木曜いこいの広場	5	6
7	8 たんたんキッズ ポッチャ	9 布おもちゃグループ	10 ご近所お茶飲み会	11	12 反町活き粋シニアの会	13
14	15 反町体操教室	16 布おもちゃグループ	17 Ah~さくら体操教室	18 木曜いこいの広場	19 親子でワッと遊ぼう	20 悠々亭
21	22 ポッチャ	23 布おもちゃグループ 介護者のつどい	24 ご近所お茶飲み会	25	26 リトモバンビ 反町活き粋シニアの会	27
28 休館日	29	30 布おもちゃグループ	31 Ah~さくら体操教室			

お問合せ・お申し込みは反町地域ケアプラザまで TEL 321-8004