



ヘルキー

とぎわの森

横浜市常盤台地域ケアプラザ 8月 広報紙

横浜市常盤台地域ケアプラザ
〒240-0067
横浜市保土ヶ谷区常盤台53-2
TEL 045-339-5701
FAX 045-339-6068
発行責任者：所長 古城 高之
令和7年 8月 1日 発行

横浜国立大学吹奏楽団の演奏

令和7年7月5日

七夕コンサートを開催しました



♥地域の皆さまの声より・・・ 今年も生の演奏が聴けて良かったです。楽器の紹介も楽しかったです。迫力ある演奏に感激しました。若さいっぱい、素晴らしかったです。ありがとうございました楽しい時間でした。また、来年も楽しみにしています。♥皆さまよりコンサートに感動した！という感想をいただきました。

はじめてのグラスアート

★グラスアートはアクリル板にフィルムを貼って、縁取りをして作成していきます。出来上がりはステンドグラスのようです。

日時：令和7年9月11日（木）
10:00～12:00

場所：多目的ホール

参加費：500円（材料費）

対象：地域の皆さま

定員：15名

締切：9月8日（月）まで



イメージ見本

お申込み・問合わせ
常盤台地域ケアプラザ・地域活動交流まで
TEL：045-339-5701

第1回大人のための朗読会 in 常盤台 ぱびるす朗読ひろば

日時：令和7年9月21日（日）
14:00～15:00

場所：多目的ホール

朗読者：ぱびるす朗読倶楽部

対象：地域の皆さま

定員：先着30名（入場無料）

締切：9月20日（土）まで

- ◆読書が好きな方、苦手な方も一度ご参加下さい。
- ◆4つの文学作品を朗読します。



お申込み・問合わせ
常盤台地域ケアプラザ・地域活動交流まで
TEL：045-339-5701

＊＊お問い合わせは＊＊

横浜市常盤台地域ケアプラザ 電話045-339-5701

ホームページ アドレス <http://tokiwacp.stars.ne.jp/>



横浜市常盤台地域ケアプラザ

地域包括支援センター 令和7年8月

桜美林ハイツで移動販売が始まりました

年を重ねたり、病気になったりすると、これまで楽にこなしていたことでも、できなくなったり、大変になったりする場合があります。『買い物』もそのひとつになりますよね。「お店が遠くて行けない」「お店に行けても、帰りに重い荷物を持って帰るのが大変」などなど、挙げればキリがありません。

そんな問題の解決に足を踏み出した桜美林ハイツ（以下ハイツ）をご紹介します。住民の方の「買い物に困っているから、以前来ていた移動販売がまた来てくれたら…」という声から、昨年より地域の皆さんが区、社協、ケアプラザ、企業と話し合いを重ね、移動販売が実現しました。

6月20日から毎週金曜の午後、スーパーマルエツの移動販売車がハイツの自治会館にて、果物や野菜、肉、魚といった生鮮食料品、お米、調味料、お惣菜、アイスなどを取り扱っています。自治会館の中でも品物を並べて販売しており、最近は暑い日が続いているためか「カットすいか」や「とうもろこし」がよく売れています。



ハイツにお住まいのご高齢の方からは「移動販売が来るのを楽しみにしている」との声や「お米を買いたかったけど、重くて買えなかったから助かった」というお話を耳にしました。

皆さんの地域にも色々な困りごとがあると思いますが、桜美林ハイツのように地域の皆さんといろいろな話し合いながら、少しでも生活しやすい地域に出来たらうれしく思います。



チームオレンジ活動報告



常盤台地域ケアプラザの花壇

『オレンジガーデン』で植え替えを行いました！



6月19日（金）、夏に向けたお花の植え替えに当事者の方が集まってくださいました。以前からのメンバーに加え、新しい仲間も増え、大変心強いです！！

プランター等に植えるチームと、花壇に植えるチームに分かれ、水分・塩分補給に気をつけながら作業開始です。土に触れる気持ちよさを感じたり、作業スペースを整頓しながらすすめたり。思い思いのやり方で、花壇の完成に向かって気持ちの良い汗をかきました！

常盤台地域ケアプラザへお越しの際はぜひ地域の皆さんの気持ちがこもった夏の庭を一緒にお楽しみいただけたら嬉しいです。



無 料

神奈川県弁護士会弁護士による

遺言・相続のお話

☆こんな方にオススメ☆

- ・遺言書の種類は？
- ・相続トラブルの対処法について...
- ・生前贈与とは？

これらについてお話していただきます！

日時

令和7年 9月16日(火) 10:00~11:30

- 講師 神奈川県弁護士会 弁護士
(相模国分寺法律事務所 児島 健介 先生)
- 場所 常盤台地域ケアプラザ 多目的ホール
- 定員 30名

※ご参加の方は下記までご連絡お願い致します。

常盤台地域ケアプラザ TEL:045-339-5701



親子で楽しむミニ運動会 &お医者様のお話し

- ★音とリズム遊び「ミニ運動会」 10:30～11:30
佐藤亜紀先生の楽しいリズム遊びとミニ運動会を開催
★お医者様のお話し 11:30～12:00
「乳幼児の薬の飲ませ方・使い方」のお話し
(講師: 浅野医院 黒田理佐先生・加藤薬局)

日 時: 令和7年9月25日(木)
10:30～12:00

場 所: 2階 多目的ホール

参加費: 100円

対 象: 概ね1歳～未就園児と保護者

定 員: 先着10組(事前予約制)

持ち物: 飲み物・汗拭きタオル

申込締切: 9/23(火)まで

申し込み: 常盤台地域ケアプラザ
地域活動交流まで TEL:339-5701



チームオレンジ・オレンジガーデン



♥チームオレンジとは・・・

認知症の人が安心して自分らしく暮らせる地域づくりを進める取り組みです。



♣ ケアマネ便利 ♣



～ 介護保険サービス⑤ショートステイ～
(福祉施設/老健、医療施設等)

当ケアプラザには老若男女問わず地域の方が多く来所されます。最近では町内会の方々が盆踊りの練習に集まっていました。先月は浅草寺でほおずき市もありましたね。ほおずきや蓮の葉、御団子など飾った盆棚、灯籠、ヒグラシや鈴虫の鳴く声、涼を感じる夏の夜。私の40年前の幼少期の記憶ですが鮮明です。さて、この時期ショートステイ利用の相談が多い傾向にあります。施設によっては3カ月前から予約開始という場所もある為、一般的なホテル予約同様に繁忙期利用には早めの予約、相談が必要です。“短期入所生活介護”は福祉施設(特別養護老人ホーム)で日常生活の介護を受けます。“短期入所療養介護”は老人保健施設や医療施設等で医学管理のもと機能訓練などを受けることもできます。介護保険サービスではありませんが、最近、幾つかの病院で受け入れている“レスパイト入院”という選択肢もあり主治医と相談し利用する方もいます。利用する方の状況と家族の希望、受け入れる施設の体制、利用料などよく合わせて申込をする必要があります。予定がある時だけでなく定期的に利用している方も多くいます。利用者本人はショートステイ利用には消極的なことも多いですが、ご家族と少し距離をおく時間をつくるのが結果として長く自宅で暮らせることに繋がることも多いです。是非利用をご検討ください。入所施設職員の方々は、変則勤務を体調管理しながら大切なご家族を預かるお仕事として、緊張感を持ち介護に携わっておられます。ケアマネジャーとしても大変な難く、感謝の気持ちでいっぱいです。

ケアマネジャー 増井

常盤台地域ケアプラザ8月イベントカレンダー 予定表

すべての講座についてのお問い合わせは

☎ 045-339-5701 地域活動交流まで

日	月	火	水	木	金	土
★常盤台地域ケアプラザ 休館日 8月25日(月) ※デイサービスは営業しています。					1 ヨーガ教室 まちづくり協議会 すみれ会	2
3 書道の会	4 いわまワークス パン販売	5	6 美と健康体操	7	8	9 常盤台連町行事部
ヘルスメイト		歌声サロン アンニョン	フラサークル ブルメリア	ダンスクラブ じゃんけんぽん	無料食品配布会 地区社協	
10	11	12	13 コーヒーかがやき塾 シニア第二カラオケ 少林寺流空手	14 絵手紙四季	15 ヨーガ教室	16
17	18 いわまワークスパン 販売ゲームスポーツ 体験交流会	19	20 美と健康体操	21	22 ときわカフェ +オレンジプラス	23
	まちづくり協議会	アンニョン	フラサークル ブルメリア	ダンスクラブ		
24	25 施設点検日 休館日 ※デイサービスは 営業しています	26 ゆらぎ体操	27 白根学園 パン販売 ときわの森体操教室 シニア第二カラオケ 少林寺流空手	28 絵手紙四季 じゃんけんぽん	29	30 コミュニティハウス (防災フェア)
31 書道の会	★「こむぎこハウスベーカーリー」いわまワークスパン販売 4日(月)11:30～ 18日(月)11:30～ ★「麦の丘」白根学園パン販売 27日(水)11:30～					
常盤台連町行事部						



デイサービスだより

令和7年8月

ご利用者様募集中！



★利用者様 お花紙細工 ひまわり

★利用者様 紙細工 ラベンダー

デイサービスからのお知らせ

◎常盤台地域ケアプラザデイサービスは令和7年4月から認知症対応型通所介護を廃止し通常規模の通所介護に一本化して定員を40名に増員しました！

◎新たに認知症加算、中重度者ケア体制加算を算定して、利用者ご本人様の要介護（要支援）認定区分や認知症状など心身の状況に応じたサービスをより大きなスケールで実施します！

★新規ご利用者様募集中です♪詳細については是非お問い合わせください！

★7月5日 デイサービスでは横浜国立大学吹奏楽団のコンボアンサンブル4組による七夕コンサートを開催しました。すてきな音色に皆さま、うっとりされていました。♪♪



♥7/1～7/3まで常盤台小学校3年生との交流会を実施しました。歌の披露の後に一緒にじゃんけんゲームをして楽しい時間を過ごせました。皆さんまた、来て下さいね。



＜昼食＞ 季節のメニュー

うなぎと卵の二色丼・里芋の田楽・オクラと豆腐のサラダ・清し汁・すいか

＜おやつ＞ ヨーグルトババロア



◆今月のクイズ◆

～横浜の地名編～



① 大豆戸

② 城古場

③ 泥亀

＜前回の答え＞

- ① 亀甲山 かめのこやま
- ② 百目堀→ <訂正> 百目鬼堀
どうめきぼり 鬼の字がぬけていました。
- ③ 左右手 そうで

8月のデイサービスレクリエーション予定

★8月4日～8月9日
言葉作り・コイン集め



★8月11日～16日
夏まつりレクリエーション

★8月18日～23日
記憶ゲーム・赤？青？



★8月25日～30日
お誕生日会・カレンダー作り

＜お問い合わせは＞

横浜市常盤台地域ケアプラザ・デイサービス担当
桐生（きりゅう） 庄司（しょうじ） 千葉（ちば） 原（はら）
☎045-334-3550

