



ヘルキー

ときわの森

横浜市常盤台地域ケアプラザ 11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11月 1日 発行

令和7年10月5日(日)

秋の利用者発表会&作品展を開催しました!

地域の皆様、ご来場ご出演ありがとうございました。



歌声サロン



少林寺流空手道研究会



ときわコーラス



ブルメリア



なるこ会



ミセスグリーンズ



ジャズピアノ&ベースギター



ダンスクラブ



チームオレンジ ロバ作り



フレンドコスモス大正琴



すみれ会



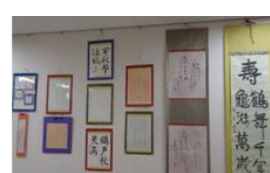
あじさいの会編み物



お楽しみ手芸



絵手紙四季



書道の会



韓国語教室・アンニョン



さかもとでらす販売



焼きそば販売



アグリッジ野菜クイズ



麦の丘パン販売



園芸ボランティア花販売



フランクフルト販売



焼きそばボランティア



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11月

無料!!

ご参加の方にエンディング
ノートを差し上げます!!

「お葬式セミナー」 &エンディングノートについて

自分らしいお葬式にする為に・・・

等々、今からお葬式のあれこれについて学んでみませんか?

ご参加の方にエンディングノートをお配りいたします

日 時：令和7年11月13日（木）

14：00～15：30

場 所：常盤台地域ケアプラザ 多目的ホール

定 員：先着30名

講演者：有限会社 真奉社 福田氏

行政書士 重永先生

申込み・問合せ先

常盤台地域ケアプラザ ☎ 339-5701



チームオレンジ



健康講座

認知症について

日 時：令和7年12月3日（水）

13：45-14：45

会 場：常盤台地域ケアプラザ2階

多目的ホール

講 師：小林内科・循環器科クリニック

院長 小林俊一 先生

対 象：地域の皆さま

定 員：先着40名

参加費：無料

持ち物：室内履き（スリッパ不可）

・飲み物

申 込：電話または窓口にて

電話：339-5701 担当：清水

ときわ体操

横浜市常盤台地域ケアプラザでは

「どの世代の方も皆と一緒に体操ができる」

「わが地域のケアプラザを知ってほしい」と

の思いで「ときわ体操」を作りました。

皆様に見て、一緒に体操をしていただきたいと思います。

ぜひ、ご参加ください!

日 時 令和7年12月11日（木）

13：30-15：00

場 所 常盤台地域ケアプラザ2階多目的ホール

対象者 地域の皆様 年齢は問いません

講 師 健康運動指導士 高垣茂子 講師

参加費 無料

持ち物 飲み物・タオル・室内履き（スリッパ不可）

定 員 先着30名

申 込 令和7年12月4日（木）迄

常盤台地域ケアプラザ

TEL045-339-5701 清水

DVD配布・
レンタル
ご案内予定



チームオレンジ



ときわCafé +オレンジプラス

【年忘れコンサート!!】

日 時：令和7年12月26日（金）

10:00～13:00

（演奏は11:00～11:30の予定です）

演奏者：バンド Be Ballads

参加費：100円

会 場：常盤台地域ケアプラザ

2階多目的ホール

ときわCafé オレンジプラスは、どなた
でもご参加いただけます。
お気軽にお越しください。

主催：常盤台コミュニティハウス

共催：常盤台地域包括支援センター

お問合せ：045-339-5701



～ 介護保険サービス ⑧福祉用具貸与(レンタル) ～

福祉用具貸与は当事業所で作成するケアプランのうち、利用者数、事業者数共に最も多いサービスです。ケアマネジャーは公正中立な立場で事業所選定のお手伝いをします。特定のお事業所のみをお勧めすることは出来ないことになっています。土日対応が可能、女性スタッフがいる、担当者固定制等、特徴を踏まえ利用者様のニーズに合った事業所を選定します。

車椅子、介護ベッドなど複数の商品については、例外となる場合を除き、要支援、要介護1の方は介護保険適用外のルールがありますが自費レンタルを行う事業所もあります。福祉用具貸与の対象となる商品は現在13種類。車椅子や介護ベッド、手すり、歩行器、移動用リフト等々。形状、機能も様々ですので実際に試してみることをお勧めします。

「多点杖は軽いものを希望していたが、実際使ってみると少し重い方が安定感があって良かった」とか「自宅内で歩行器を利用したいと思ったが(生活導線の)要所要所に手すりを設置することになり、その方が自分には合っていた」など利用者ごとにニーズは異なります。また、変化する利用者の状態に適した商品を選ぶことが必要ですので短い期間で商品を変更することもあります。「退院直後1階に介護ベッドを設置したが、デイサービス利用し脚力がついたので2階の自分の部屋に行けるようになった。介護ベッドは返却したい」という方もいました。福祉用具貸与の事業所には「福祉用具専門相談員」という専門職がいて、ケアマネジャーからの依頼をもとに利用者の状態や住宅環境などをみて、自立を助けるための福祉用具貸与を調整してくれます。頼もしい存在です。

ケアマネジャー増井



「親子で押し花アート」



ケアプラザオレンジガーデンのお花を使って
親子でアートを楽しもう！！



日 時：令和7年11月27日(木)

10:30～12:00

場 所：2階 多目的ホール

指 導：鈴木 房子 さん

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

持ち物：飲み物・タオル

申込締切：11/25(火)まで

申し込み：TEL:339-5701 地域活動交流まで



作品イメージ

♣ 10月の園芸ボランティア活動の様子 ♣



★常盤台地域ケアプラザ 休館日 ご注意下さい
第4月曜日24日変更→11月25日(火)です

常盤台地域ケアプラザ11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
						1
2	3	4	5	6	7	8
書道の会			美と健康体操		ヨガ教室 まちづくり協議会広報	おもちゃ病院 手作りパン教室の会
	まちづくり協議会	歌声サロン アンニョン	ブルメリア	ダンスクラブ	すみれ会 あじさいの会	
9	10	11	12	13	14	15
	認知症サポーター 養成講座			フットケア講座 絵手紙四季		
			ときわの森体操教室 シニア第二カラオケ コーヒーかがやき塾 少林寺流空手	お葬式セミナー じゃんけんぼん	民児協 地区社協	
16	17	18	19	20	21	22
書道の会	いわまワークス パン販売 園芸ボランティア		美と健康体操	民児協 (ふれあいお楽しみ会)	ヨガ教室	お楽しみ手芸教室
		アンニョン	ブルメリア 民児協		すみれ会 あじさいの会	らくらくストレッチ 体操教室
23	24	25	26	27	28	29
常盤台連合町内会 定例会 常盤台連町行事部	ゆらぎ体操	※施設点検日 休館日 ※デイサービスは 営業しています	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	子育て広場 絵手紙四季 ダンスクラブ 介護者のつどい ときわの輪 じゃんけんぼん	コミュニティハウス (ときわカフェ)	環境事業推進委員会
30						

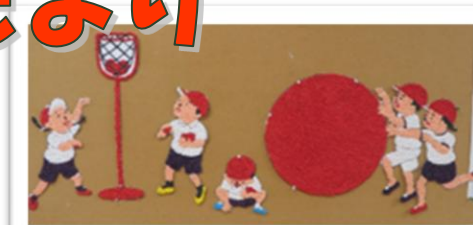


デイサービスだより



令和7年11月

ご利用者様募集中！



★折り紙細工 「吊るし柿」

★お花紙細工「運動会玉入れ」

～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！



★ 常盤台デイサービス体力想定風景 ★

♣マイペースで
座って立って
30秒



♣握力測定



♣何メートル飛ばせるかな？
洗面器飛ばし脚力計測



♣何秒で
歩けるかな？
5m歩行計測

＜昼食＞ 十五夜季節メニュー

月見うどん・焼き豆腐の煮物・三色浸し
フルーツヨーグルト



＜おやつ＞

3色プチケーキ



♣座ったままで
1分間足踏み計測



♠俳句作りの様子♠
一生懸命考えました。



◆今月のクイズ◆

～横浜の地名編～

① 鬼城

② 池辺町

③ 佃野



＜前回の答え＞

① 日限山 ひぎりやま

② 神子 しぼく

③ 不入斗 いりやます

11月のデイサービスレクリエーション予定

★11月3日～8日

なんて字？・順番にもぐらたたき

★11月10日～15日

絵合わせ・ボールでの倒し

★11月17日～22日

開いて並び替え・バウンドボール

★11月24日～27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

