

10月 主催事業カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6 ★介護者の輪 13:30～15:30【参加自由】 ★いばしょ 15:30～17:00【参加自由】	7 ★物忘れ&健康相談 13:30～14:15【予約優先】 ★上白根健康教室 13:30～15:00【先着申込】	8	9	10
11	12	13 ★ふらざからえ・ゆるり 13:00～15:00 【事前問い合わせ】 ★いばしょ 15:30～17:00【参加自由】	14 ★転ばん体操 10:00～11:30 ★物忘れ&健康相談 13:30～14:15 【予約優先】	15	16 ★白根学園 麦の丘 パン販売 11:30～13:00 【売切れ次第終了】 ※予定が変更になる場合がございます。	17 ★お茶のみサロン 13:30～15:00 【予約制】
18 休館日	19	20 ★いばしょ 15:30～17:00【参加自由】	21	22	23	24
25	26 ★気軽に近所で ウォーキング講座 10:00～11:30 【予約優先】	27 ★ママのためのヒーリングヨガ 10:00～11:30【予約制】 ★いばしょ 15:30～17:00【参加自由】	28	29	30	31

ボランティア募集

ちょっとした困り事をお互い様の気持ちで助け合いましょう！
まずはお気軽にお問い合わせください。

例えば…

【高齢者支援】
お話相手、デイサービスの
お手伝い、将棋や囲碁など

【登校・学習支援】
登校の付き添い、学習のお
手伝いなど

【地域の美化活動】
お花・庭木の剪定、中堀川
の清掃など

スタッフ募集

デイサービス(通所介護)スタッフ

- (1) 介護員 週2-5日程度 8:45-16:45(7h) 時給1,050円から(昇給、6・12月に賞与あり)
[午前や午後だけの勤務もご相談ください]
- (2) 運転員 週2-4日程度 8:45-10:45 及び 14:45-16:45(4h) 時給1,080円

応募・問合せは採用担当まで(条件など詳細は応相談)

男女問わず活躍中! [交通費規定内支給]



交通のお知らせ

相鉄線「鶴ヶ峰駅」より
バスで約10分
○バスターミナル6番乗り場から
神奈中バス『今宿ハイツ循環
グリーンヒル上白根』バス停前

○バスターミナル7番乗り場から
【中山駅/西ひかりが丘団地】行き
「辻」バス停下車。徒歩5分。信号す
ぐ左、稲荷神社の坂上り、一つめの
信号すぐ

2020年9月27日発行

発行 横浜市上白根地域ケアプラザ
旭区上白根町1-2
責任者 所長 村瀬 大亮

電話 045-951-3967
FAX 045-951-3971
E-mail kamishirane@yokohamashakyo.jp
URL <http://www.yokohamashakyo.jp/kamishirane>

あさがおつうしん 10月号

上白根地域ケアプラザ主催 **無料** セミナー・相談会開催のお知らせ

安心老後知っておきたい

お金と不動産のお話

事前申込制 **セミナー** 定員20名 (申込先着順)

自分と家族を守る
遺言・後見

講師：司法書士
吉野絵美 (司法書士法人 市川事務所)

相続で損をしないためには？
知らないとコワイ！不動産と預金の話。
法制度を活用する認知症の対策とは？
実例を使ったやさしいセミナーです。



事前申込制 **個別相談**

- 家と預金の名義 お父さんの財産が凍結されないように
- 介護費、老後の生活費 家族に迷惑がかからないように
- めんどくを見る人に 世話する子に、その分多く相続させたい
- うまい同居・近居話のすすめ方 子どもの近くで安心したい
- どっちが得？リフォーム？住み替え？ かしこい自宅の活用方法

相談をご希望の方は、事前のお申し込みをお願いします。

10/31(土) **セミナー** 10:30~12:00
個別相談 12:20~15:00

会場 ● 上白根地域ケアプラザ 多目的ホール

参加費 ● **無料** 協力 ● 司法書士法人 **市川事務所**

申込 上白根地域ケアプラザまで
定員20名(先着順)

持ち物 うち履き、くつ袋

当ケアプラザは「感染症対策の取組」を行っています!

当ケアプラザでは、横浜市の考える「感染防止対策」を徹底した運営を行っており、感染症対策取組事業所(通所介護事業所)として横浜市からゴールドステッカーをいただきました。

具体的な取組は、ソーシャルディスタンスの確保、事業所の常時換気やこまめな消毒、利用者及び職員のマスク着用、職員への研修及び健康管理等の約30項目のチェック項目を踏まえて徹底した対策を行っています。



認知症サポーター養成講座

認知症の方が道に迷っていたとき、どう声を掛けたらよいか悩んでいませんか。
認知症について正しく理解することで、安全で安心なまちを作りましょう。



日時：10月24日(土) 10:00~12:00
場所：中白根4-12-3 たすけあいハウス
講師：横浜市キャラバンメイト旭区ひまわりの会
お問合せ：080-3581-1356 (柳澤)

ちなみに…

たすけあいハウスでは
奇数月の第2日曜日 10:00~12:00に
「つながり喫茶」というサロンを
開いています。
お気軽にご参加ください!

介護者の輪

介護で悩んでいることがある。
介護の情報を聞ける仲間が欲しい。
話ができる場所があります。

< ミニ講座 >
日時：10月6日(火) 【認知症サポーターについて】
11月10日(火) 【高齢者の住まいについて】
いずれも 13:30 ~ 15:30
※毎月第一火曜日(祝日の場合は第二火曜日)開催
場所：上白根地域ケアプラザ ボランティアルーム
持ち物：うち履き、くつ袋
参加費：無料
申込不要

「もの忘れ&健康相談」ぜひご利用ください!



どなたでも
どうぞ!

ご相談は無料です

【予約制】ケアプラザあてにご連絡ください。

今後の開催日は次のとおりです。お気軽にお越しください。
なお、先生のご都合で日程が変更になる場合やケアプラザ
の利用状況により中止になることもあります。

日時：10月7日(水)・14日(水) 13:30~14:15
医師：橋場 友則 先生(はしば内科クリニック・旭区医師会所属)

当ケアプラザをご利用いただいている「ハーモニー」が11月16日から活動再開します。
まだ歌うことはできませんが、先生による演奏を聴きながら久しぶりの再会を楽しみませんか?
人数制限により申込制となりますので事前にお問合せください。
お問合せ：045-951-5743 (原口)



各事業のお申込み・問合せは…

電話：045-951-3967

★各事業の参加お申込・問合せは、上白根地域ケアプラザまでご連絡ください。
【*ご提供いただいた個人情報は、当ケアプラザ該当事業のみに利用し、
御本人の同意なく第三者へのご提供等目的外に使用することはありません。】

10/1 から
かみしらね文庫
再開します!

10月1日(木)より本の貸し出しを再開いたします!
子供から大人まで幅広い年齢層に楽しんでいただける
ジャンルの本が揃っています。
10月中旬から新しい本が加わる予定ですので、
秋の夜長のお供にいかがでしょうか。



第32回 生活支援コーディネーターかみしらね地域活動探検記

～ 白根小地域防災拠点訓練 ～

9月29日に白根小学校において地域防
災拠点訓練が行われました。例年は小、
中学生や地域の方も参加しますが、今年
は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
運営委員のみで実施しました。訓練
では感染症拡大防止対策として「受付」
が肝とし、受付を2か所設けました。

1次受付時に消毒、マスク着用、検温を行ない、
感染が疑われる方は別の受付へ移動。
またソーシャルディスタンスをとるために床にマ
ークを付けるなど例年の訓練とは違う動きも加わり、
緊張感がありました。こうした訓練が有事の時には力を
発揮すると実感しました。



3密を防いで
ソーシャルディスタンス



ビニール袋を使用した
簡易エプロン

まちぐるみ福祉推進会議

9月5日にまちぐるみ福祉推進会議が行われました。第3期地域福祉保健計画は「誰もが
安心して自分らしく、健やかに暮らせる地域づくり」を目指して地域の課題を地域住民、行政、
ケアプラザ、区社協などと共有し、解決に向けて取り組んできました。会議のみならず
日頃より防犯、防災、要援護者支援及び高齢者支援、子育て支援、青少年健全育成、生活環
境整備、交流の場づくりに取り組んでいます。第3期の成果は、平成30年度に旭区と要援護
者名簿の提供に関する協定を締結することができ、見守りがさらに強化されました。そして、
今年中は堀川にホテルを飛ばすことができました。また、旭台のバス路線の時間が伸び、増
便もできました。子育て支援も継続的に行われました。

来年度から始まる第4期旭区地域福祉保健計画の策定に向けてもどんな未来図を描こうか
と皆様からの意見を出し合っているところです。新型コロナウイルスという見えない敵に遭
遇して不安はありますが、こんな時だからこそ正しい情報と、つながりが大切だと思います。
みんなで問題を解決していくためにアイデアを出し、行動することで一歩ずつ前に進んでい
きましょう。

また、地域に目を向けると危険な箇所が見られます。台風も多くなる時期でもあるため、
防犯や防災の備えをしながら、自然豊かな旭北地区の良いところを大切にしながら誰もが自
分らしく暮らせるまちを一緒に築きましょう。