

3月開催の事業



あさがおつうしん 3月号

子どもの居場所
 日時：毎週火曜日
 15:30~17:00
 場所：上白根地域ケアプラザ
 勉強したあとには楽しい遊び時間とおやつがあります。
 参加には登録が必要です。

教えて！グランマ！
 日時：3月6・13日(水)
 13:00~16:00
 場所：上白根地域ケアプラザ
 持ち物：上履き
 ※事前のお申込みが必要です。

ぷらざ・かふえ・ゆるり
 日時：3月12日(火)
 13:00~15:00
 場所：上白根地域ケアプラザ
 持ち物：上履き
 参加費：100円
 ※どなたでも参加できます。

白根学園『麦の丘』パン販売
 日時：3月15日(金)
 11:30~12:30
 場所：上白根地域ケアプラザ
 ※売り切れ次第終了します。
 焼きたての美味しいパンはいかがですか？

中白根・脳トレ散歩
 日時：3月21日(木)
 14:00~15:30
 場所：白根えのき公園集合
 持ち物：飲み物・タオル
 ※事前のお申込みが必要です。

脳トレ！
 大人のそろばん教室
 日時：3月22日(火)
 10:00~12:00
 場所：上白根地域ケアプラザ
 持ち物：筆記用具・上履き・そろばん(あれば)
 ※事前のお申込みが必要です。

ママのためのヒーリングヨガ
 日時：3月15日(金)
 11:30~12:30
 場所：上白根地域ケアプラザ
 ※売り切れ次第終了します。
 焼きたての美味しいパンはいかがですか？

～夜間閉館日のお知らせ～
8日(金)、12日(火)、15日(金)
 夜間は閉館となるため、18時以降のご利用はできません。
 よろしくお願いたします。

ご利用者アンケートにご協力ありがとうございました！！

昨年10月に行いましたご利用者アンケートには、**103名**の方からご回答をいただきました。**9項目**の平均点は**3.8点(4点満点)**でした。いただいたご意見(抜粋)とケアプラザの「改善宣言」をお知らせいたします。

【ご意見】

- ・個人情報保護、苦情解決の仕組み、ケアプラザの業務・事業、緊急時の安全確保の方法などについて周知が十分ではない。
- ・ボランティアや実習生に対して守秘義務について、口頭では説明しているが明文化したものを配付できていない。
- ・子どものケア、障害者のケアを充実させてほしい。
- ・小さい子供と一緒に参加できるようなお祭りやイベント等があれば嬉しいです。
- ・近くにこういう施設があるのは知っていたが、利用していなかったのでもっと利用したいと思いました。
- ・当所利用により、私個人のみならず同居する家人の負担が相当減っており大変助かっている。

【改善宣言】

- ①ご利用者・ボランティア等ケアプラザに関わる方に対して、個人情報保護、苦情解決の仕組み、ケアプラザの業務・事業、緊急時の安全確保の方法などの情報について周知方法の工夫をします。
- ②職員の声かけや身だしなみなどに注意を払い、ご利用者が気持ちよく利用できる窓口対応に努めます。
- ③子どもからお年寄りまで全世代に向けて開かれた施設となるよう取組を進めて参ります。

各事業のお申込み・問合せ

電話:045-951-3967
 メール:kamishirane@yokohamashakyo.jp

★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、本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。】

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

2024年2月29日発行

発行 横浜市上白根地域ケアプラザ
 旭区上白根町112
 責任者 所長 柴崎 浩志
 電話 045-951-3967
 FAX 045-951-3971
 E-mail kamishirane@yokohamashakyo.jp
 URL
<https://www.yokohamashakyo.jp/kamishirane/>



第68回 生活支援コーディネーター地域活動探検記

今回は「旭北むつみ会」と「特別養護老人ホーム グリーンライフによる送迎支援」をご紹介します。

旭北むつみ会は、旭北地区社会福祉協議会の活動として、障害のある方やそのご家族などが一緒に運動やレクリエーション、手作業を通じてリハビリや交流を行っている団体です。主な内容として、輪投げやボッチャ、ちぎり絵、ズーラシアや里山ガーデンへの外出などの活動をされています。

旭北むつみ会では、一緒に活動する仲間を募集されています。仲間が欲しい、一緒に運動やお出かけをしたい、空いている時間に体を動かしたい など、ご興味のある方は見学・体験も可能ですので、お気軽にケアプラザまでお問い合わせください。



【集合写真】 みんなで作ったちぎり絵作品とともに

【旭北むつみ会の詳細】 年会費：一人500円
 ・活動日時：毎月第2、第4木曜日 14時～16時
 ・活動場所：上白根地域ケアプラザ
 ※日時や場所は活動内容により変更する場合があります

続いて、特別養護老人ホームグリーンライフによる取組のご紹介です。令和4年度にグリーンライフから福祉施設の地域貢献として、まちぐるみ福祉推進会議において「施設の送迎が空いている時間の送迎車活用」をご提案くださいました。同じころに、旭北むつみ会から「メンバーの高齢化や体の不調などにより、ケアプラザまで来ることが難しくなってきた」という声があり、グリーンライフによる旭北むつみ会への送迎支援が実現しました。現在、月2回の旭北むつみ会の活動時間に合わせた往復送迎を行っています。



【送迎車への乗車場面】

生活支援コーディネーターは、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けるため、誰にも居場所があって生きがいを感じながら、困ったときには支え合う地域づくりを目指して、人と人や団体をつないで、地域の支え合いの輪を広げるお手伝いをしています。旭北むつみ会の活動やグリーンライフの取組のように、「やりたいこと」「できること」「困っていること」など、みなさん一人ひとりの声を聞かせていただき、『人にやさしく、包みあうまち』に向けて一緒に考えていきましょう。



毎月第一火曜日（第一火曜日が祝日等の場合、第二火曜日）
 13:30 から開催しています。

介護者の輪は、現在介護をしている方などを対象に、同じような経験をしている方同士で話をする場です。また、毎回介護に関するミニ講話なども行っております。介護に悩んでいる方、情報が欲しい方、話したい方は気軽にご連絡、ご参加ください。

上白根ウォーキング講座【前期】

安全に歩く為の筋力アップ体操と、緩やかに1時間程度のウォーキングを行なう講座です。道具も必要なく、歩きやすい靴さえあれば始められるウォーキング。何かを始めたいと思っている方や、楽しく体力づくりをしたい方のご参加をお待ちしております。

【前期の日程 全6回】

令和6年4月22日(月) 9:30~11:00
 令和6年5月27日(月) 9:30~11:00
 令和6年6月24日(月) 9:30~11:00
 令和6年7月22日(月) 9:30~11:00
 令和6年8月26日(月) 9:30~11:00
 令和6年9月30日(月) 9:30~11:00

集合場所：上白根コミュニティハウス

定員：65歳以上の方先着25名

申込：直接窓口か、電話で

4/12(金) 9:30~受付開始

持ち物：飲み物、タオル

※雨天時は室内会場の為上履き持参



民生・児童委員・ケアマネジャー・ケアプラザの情報交換会を開催しました！

昨年に引き続き2回目となる交流会を開催しました。旭北地区の地図を利用し、買い物の場所や集いの場など様々な情報を交換しました。

地域の高齢者の方がお元気に旭北地区での生活を続けられる様、参加者の皆さんが積極的にお話をしてくれました。



「もの忘れ&健康相談」

日時：3月5日(火)・12日(火) 13:30~14:30
 4月2日(火)・9日(火) (日程は変更になることもあります)

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)

【予約制】

どなたでも相談できます。
 お気軽にお申込みください。

