



令和5年9月号 (NO.357号)

〒221-0015 神奈川県神之木町7-1

《発行》神之木地域ケアプラザ

発行責任者：所長 平 俊文

☎(代表) 435-2906 FAX 435-2908

[福祉・保健に関する相談電話] 435-3096

*介護に関するご相談は電話・FAXでも受け付けます

地域ケアプラザとは...

誰もが住み慣れたまちで、安心して暮らせる地域をつかっていくための拠点として、地域の福祉・保健活動を支援し、福祉・保健サービス等を身近な場所で総合的に提供する施設です。神之木地域ケアプラザは神之木地区センターのある建物(大口駅東口より徒歩4分)の1階です。

神之木 GoGo! フレイル予防講座 ♪

いつまでも自分の足で元気に生活をするために、
一緒にフレイル予防(虚弱)について学びませんか？

日程

- | | |
|-----|------------|
| 第1回 | 10月 5日 (木) |
| 第2回 | 10月12日 (木) |
| 第3回 | 10月19日 (木) |

内容

- | |
|---------|
| お口の健康講座 |
| 栄養講座 |
| ロコモ予防体操 |

時間:10:00~11:30

場所:神之木地域ケアプラザ 多目的ホール

対象:原則全3回参加できる方、概ね65歳以上の方

費用:無料

定員:15名(先着順)

持ち物:タオル、飲み物 ※当日は動きやすい服装・靴でお越しください。

申込:窓口、またはお電話でお申し込みください。

※申込開始日:2023年9月15日(金)10:00~

横浜市神之木地域ケアプラザ TEL 045-435-2906

※事情により講座が中止となる場合もあります。予めご了承ください。

※当日体調不良や37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。

パーキンソン病・神経難病 (脊髄小脳変性症・多系統萎縮症など) ご本人・ご家族・支援者のための



神奈川区
ふれあい交流会

日常生活での機能維持や毎日の支援に役立つお話を聞いてみませんか？
体のこと、生活のこと、病気の不安などを気軽に
お話ししませんか？
専門職による講座と情報交換を行っています。

10月12日
自宅でできる
リハビリの工夫

●理学療法士●

12月14日
楽しく音楽療法

●音楽療法士●

令和6年2月8日
食生活・お口の健康

●栄養士・歯科衛生士●

いずれも木曜日 13:30~15:00

【会場】神之木地域ケアプラザ 多目的ホール 【持ち物】飲み物、お薬、タオルなど

🌸 内容や日程が変更になる場合や中止になることがあります。
🌸 初めて参加される方は下記までご連絡ください。

【お問合せ】

神奈川区福祉保健センター 高齢・障害支援課 TEL 411-7110
神之木地域ケアプラザ 地域活動交流 TEL 435-2906

内科医による 認知症相談会

認知症の高齢者とその家族を支援するため、ケアプラザ協力医による相談会を行います。かかりつけ医のいらっしゃる方は、かかりつけ医にご相談の上、お申込みください。

開催日：9月14日、10月12日、11月9日
全日程木曜日 13:30~14:30

場 所： 神之木地域ケアプラザ

*窓口または電話でご予約ください。相談時間は、1人(組)30分程度です。

神之木地域ケアプラザ TEL045-435-2906

お気軽にご相談ください
相談は無料です

※事情より相談会が中止となる場合もあります。予めご了承ください。
※当日体調不良や37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。

介護者のつどい

毎日の介護で疲れていませんか？少しのことでイライラしたりしていませんか？お茶を飲みながら、介護をしている者同士でゆったりと語り合しましょう。

開催日： 9月21日(木) 13:30~15:00

場 所： 神之木地域ケアプラザ 多目的ホール 参加費： 無料

対 象： 現在、介護をしている方、介護経験者、介護に興味のある方。先着20名

申込み： 窓口または電話にて受付中。

神之木地域ケアプラザ TEL045-435-2906 (担当：鈴木)

状況により、内容の変更または中止になることがありますことをご承知おきください。
また、各自で水筒やペットボトルをご持参ください。

認知症に対する施策

認知症に対する行政の支援として、介護保険があることはご存知でしょう。他にも様々な支援がありますがご本人を直接支援するものや家族を支援するもの、支援者を支援するものがありその一部をご紹介します。

もしも

生活をしているなかで、何となく違和感を覚えることがある場合のヒントとなる冊子です。



DC-NET [もしも認知症](#) [検索](#) と検索してください。

認知症ケアパス

地域ごとに、発症予防から人生の最終段階まで、生活機能障害の進行状況に合わせたような医療・介護サービスを受ければよいのか、これらの流れをあらかじめ標準的に示したものです。

地域ごとに「認知症ケアパス」を確立し、認知症の人やその家族、医療・介護関係者等の中で共有され、サービスが切れ目なく提供されるようにその活用を推進しています。（横浜市ではオレンジガイドを作成しています）



意思決定支援

認知症の人を支える周囲の人において行われる意思決定支援の基本的考え方（理念）や姿勢、方法、配慮すべき事柄等を整理して示し、これにより、認知症の人が、自らの意思に基づいた日常生活・社会生活を送れることを目指し、ガイドラインを策定しています

認知症カフェ

認知症の人やその家族が、地域の人や専門家と相互に情報を共有しお互いを理解し合う「認知症カフェ」等の設置を推進しています。地域の状況に応じて、様々な共有主体により実施されています。（神之木地域ケアプラザには「はーとふるステーション」があります）

オレンジポスト

ソーシャルメディアを使って認知症に関する施策情報、地域における取組事例、認知症サポーターに関する情報など認知症にかかわる様々な情報を発信しています。

(SNS [オレンジポスト](#) で検索)

若年性認知症支援

- ・若年性認知症コールセンター：
0800-100-2707（フリーダイヤル）
- ・適切なサービスが利用できるよう、本人と家族が知っておきたいことをまとめたハンドブックがあります。
- ・本人やその家族に対する相談支援、医療・介護、労働等の関係者による支援体制（ネットワーク）に対する理解を促進するため各都道府県、指定都市に若年性認知症コーディネーターの配置を進めています。



神之木地域ケアプラザ 地域包括支援センター 社会福祉士 鈴木

電話（代表）045-435-2906

◇◇福祉・保健に関するご相談は 045-435-3096 へどうぞ◇◇



絵本の読み聞かせ

読み手ボランティアさん
も募集しています！
一緒に活動してみたい方、
お気軽にお問合せ下さい。

日時：10月6日（金）10：30～11：00

対象：乳幼児と保護者 25名まで

申込：9月20日（水）10：00より窓口またはTELにて予約受付します。
（当日も空きあれば参加できます）

場所：神之木地域ケアプラザ
多目的ホール（1階）

内容：「パパおつきさまとって」、
紙芝居「あかしろうんどうかい」他



8月の様子



※都合により内容は変更となる場合があります。

※発熱、体調不良の場合は参加をご遠慮ください。その際は欠席の連絡をお願いします。

※状況により、開催中止となる場合があります。ご了承ください。

令和5年度今後の開催予定日：12/1（金）、令和6年2/2（金）

お申込み・お問合せ先 地域活動交流 TEL 435-2906

神之木地域ケアプラザ

JR大口駅東口より徒歩4分



横浜市神奈川区神之木町7-1

TEL（代表）435-2906 / FAX 435-2908
（相談）435-3096

<開館時間>

月～土曜日 9時～（お問い合わせください）

日曜・祝日 9時～17時

<休館日> 年末年始・第4日曜日

※状況により、開館時間の変更や地域包括支援センターの窓口での相談業務時間が変更している場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

横浜市神之木地域ケアプラザ

<ホームページ>

<http://hijirizaka-gakuen.jp/nazare/care-plaza.html>

※夜間閉館の状況については下記をご覧ください

神奈川区の地域ケアプラザ等紹介ページ

<ホームページ>

https://www.city.yokohama.lg.jp/kanagawa/kurashi/fukushi_kaigo/chiikifukushi/fukushi-shisetsu/cp/tiikikeapuraza.html