

6月の自主事業&支援事業イベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1 	2 サロンほしかわ 「折り紙」	3	4 かるがも 健康体操教室	5 布おもちゃ 制作グループ 「ちくちく」	6
7	8 星川おとなの都活 「ゆる体操」 和みのヨーガ	9 あみあみスカーフ®	10 スマホの よろずサロン	11	12 布おもちゃ 制作グループ 「ちくちく」	13 
14	15 星川おとなの都活 「ゆる体操」	16 サロンほしかわ 「習字」	17 中央地区 配食ボランティア 散歩倶楽部	18	19	20
21 音読倶楽部	22 休館日 無料医療相談	23 あみあみスカーフ® 音読倶楽部	24	25	26 チームオレンジ のつどい	27 ほどがや おもちゃ 再生館
28	29	30 				

貸室登録団体活動紹介

プレママプレパパ塾

助産師、保育士、看護師などの経験者が集まる団体です。キャリアを活かして子育て支援を目的とした「プレママプレパパ講座」を平成31年から行ってきました。

最近では、「生命の安全教室～子どもの性を考える」というミニ講座を開催しています。子ども達が幸せな未来を迎えられるよう、講座を通じて多くの方々と共に子どもの性について考え、語り合えたらと願っています。



お問い合わせ：星川地域ケアプラザ

横浜市星川地域ケアプラザのご案内

住所：横浜市保土ヶ谷区川辺町 5-11
かるがも1階

TEL：333-9500 / FAX：340-2100

<http://www.hama-wel.or.jp/office/hoshikawa/index.html>

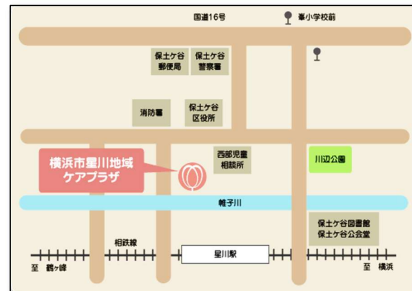
開館時間：月～土曜 9:00～21:00

(夜間利用がない場合は 18:00 閉館)

日曜祝日 9:00～17:00

休館日：第4月曜日、12月29日～1月3日

*横浜市星川地域ケアプラザは、横浜市より委託を受けて、社会福祉法人横浜市福祉サービス協会が運営しています。



相鉄線星川駅北口下車 徒歩2分
バス 峯小学校前下車 徒歩5分

お願い 複合施設「かるがも」には、駐輪場がありません。公共交通機関をご利用ください。



星川地域ケアプラザ イメージキャラクター「ほっしー」

発行：福)横浜市福祉サービス協会
横浜市星川地域ケアプラザ
住所：横浜市保土ヶ谷区川辺町 5-11
TEL：333-9500 FAX：340-2100
<http://www.hama-wel.or.jp/office/hoshikawa/index.html>
発行責任者：所長 大和田 佳恵
地域交流版 第154号 R8年6月1日発行



お茶菓子を用意して
お待ちしております！

ボランティアカフェ

～みんなでまったりボランティアについて話そう～

「ボランティアを始めたいけど不安」
「自分に何ができるかわからない」
「どんな活動があるか知りたい」など

ボランティアに関心がある方、大歓迎です！

- 内容：①ボランティア活動について ②「地域ケアプラザ」って何？
③「はなご」のお話 ④まったりお話しコーナー
- 時間：6月26日(木) 13:30～15:00
- 場所：第一はなご
保土ヶ谷区川辺町2-2 パイロットハウス星川B-105
- 費用：無料 ● 定員：10名(応募多数の場合は抽選)
- 申込み：上記の二次元コード、または電話でお申込みください。

お申込みはこちら



主催 保土ヶ谷区社会福祉協議会ボランティアセンター
☎ 045-332-2412 FAX 045-334-5805
Mail v@shakyohodogaya.jp

共催 横浜市星川地域ケアプラザ、地域活動支援センター「はなご」

介護者の声

ホッとするつどい

ご家庭で介護されている方向士
おしゃべりしませんか？
介護のことで、一人で悩んでいませんか？
お茶でも飲みながらお話ししましょう。
介護を終えられた方も、お待ちしております。

【日時】毎月第2火曜日
10:00～11:30
6月9日、7月14日

【場所】星川地域ケアプラザ
2階 多目的ホール

【申込み】事前にお申込みください

【参加費】無料
お飲み物をご持参ください。

新職員のご挨拶

4月20日に地域活動交流コーディネーターとして着任いたしました加藤 友実(かとう ともみ)と申します。

食べること、体を動かすことが大好きです。

これから地域のことを一つずつ学んでいき、皆さまのお役に立てるよう頑張ります！

どうぞよろしく
お願いいたします。



横浜市星川地域ケアプラザ ☎333-9500

お願い 複合施設「かるがも」には、駐輪場がありません。公共交通機関をご利用ください。

和みのヨーガ

ゆったりと取り組む、簡単で楽なヨガです。
音楽を聴きながら、肩の力を抜き、
身体と心を癒してリフレッシュしましょう♪
また、脳と身体を楽しみながらつなぐ
エクササイズも行っています。



春コース	第4回	第5回
開催日時	7月20日(月) 13時30分～15時30分 (当日受付 13時15分～)	9月14日(月) 13時30分～15時30分 (当日受付 13時15分～)
申込	6月30日(火)10時から窓口または電話にて受付 星川地域ケアプラザ (333) 9500	
対象	どなたでも 12名 (先着順)	
参加費	500円 (保険代含む)	
持ち物	体操のできる服装、汗ふき用タオル、飲み物	
会場	星川地域ケアプラザ 2階多目的ホール	

チームオレンジのつどい

～みんなで共に地域で生きる～



地域の方々や、その家族等が
認知症の方たちと、地域の中で暮らすために
日頃のできごとや取り組んでいることを分かち合い
どう寄り添っていけばいいかを話し合ってみませんか？



- 時間：6月26日(金)、7月24日(金) 14:00～15:30
- 場所：星川地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
- 費用：無料 ● 定員：40名
- 申込み・問合せ：星川地域ケアプラザ 333-9500

吉田クリニック 吉田雅伸医師による

無料医療相談



星川地域ケアプラザの
協力医による無料の医療相談です。
健康についての不安など、
お気軽にご相談ください。

【日時】6月22日(月) 7月27日(月)
13:30～14:20
*お一人様 20分程度
【対象】どなたでも
【受付】要事前予約
(電話または窓口にて受付)
【場所】星川地域ケアプラザ 1階 相談室



横浜市星川地域ケアプラザ ☎333-9500

お願い 複合施設「かるがも」には、駐輪場がありません。公共交通機関をご利用ください。

地域包括支援センター ガイド

このようなことはありませんか？
介護や福祉・保健について、ご相談承ります



デイサービスとか
介護保険でできること
ちょっと教えてくれ

ご不明な点がありましたら
遠慮なくご相談ください



足腰弱ってきたねえ
歩けなくなる前に
体動かさないと・・・
いい所ある？

お話を伺い、通いやすい
介護予防の場をご案内します



ウチの親父の
介護保険
申請できる？

本人やご家族の方の申請を
代行することができます



地域ケアプラザでは、担当の町があります。
星川地域ケアプラザでは、川辺町、天王町、
星川1～3丁目、峰岡町1～2丁目、
宮田町、明神台を担当しています。

相談担当が外出している場合があります
まずはお電話等でご連絡ください
横浜市星川地域ケアプラザ 地域包括支援センター
電話 045-333-9500



これから介護申請を考えている方々へ

ケアプラザ協力医 (吉田クリニック)
吉田 雅伸 先生



本邦では2000年に介護保険制度は始まりました。現在、要介護者の発生率は加齢とともに急速に高まり、85歳以上の約2人に1人が要支援・要介護認定者となっております。また、平均介護期間は56.5か月(約4年9か月)、介護の場所は在宅が最多(56.9%)であることから、長時間にわたる在宅での介護の実態がわかります。

しかし要介護申請の段階で、ご本人が強く拒否され、その間に徐々に日常生活動作(ADL)が低下し、健康を害して入院になってしまうケースも実際によく見かけます。拒否する理由としては、①「自分はまだまだ大丈夫」という意識、②他人を家に入れる抵抗感、③介護サービスへの誤解や偏見、④認知機能の低下による判断力の変化(新たな変化に対する不安や恐怖も影響)などがあげられます。無理強い逆効果であり、ご本人の気持ちに寄り添い、共感し傾聴した上で、不安や誤解を取り除き、メリットをお伝えし、時間をかけてゆっくり考えて頂いております。

これらの相談はご本人の居住地にある横浜市地域ケアプラザで対応できますので、お気軽にご利用下さい。

