

地域包括支援センター職員より

こんにちは、生活支援コーディネーターの渡邊と申します。寒い冬も漸く終わり、うららかな春がやってきました、皆さまいかがお過ごしですか。春になるとやってみたかった事を今年こそは始めてみようかな、なんて気もちにもなるのですが、長続きさせることってなかなか難しいですよ。そんな時、誰かと一緒だと続けられる事などもありますよね。

さて、突然ですが、皆さまは週に一回程度、ご家族以外の方とお会いするようなお機会はございますか。学生さんや働かれている方は意識せずとも、週の殆どを誰かと過ごしているかと思えます。しかしご高齢になってくると、なかなかそのような機会も減ってきてしまった方も多いのではないのでしょうか。生活支援コーディネーターは地域の皆さまが可能な限り、いつまでも慣れ親しんだ地域、ご自宅で生活していくお手伝いが出来ればと思っております。栄養や、運動も大事ですが、健康でいる為には誰かと会い、外に出る事が大切と言われております。誰かと会うことによって、顔の見える関係作りにもなり、何かあった時に気付いて貰えやすくなります。また、他愛もない話をしたり、笑ったり、生活にも彩りが生まれます。億劫に感じる事も多いかと思いますが、誰かと食事をしたり、お茶を飲んだり、体操したり、ボランティアしたり、週に一度は誰かと過ごす機会をつくってみては如何ですか。そんな場所を求めている方がいらっしゃいましたら、ケアプラザの生活支援コーディネーターまでご連絡ください。地域にはあなたのチカラを待っている方も沢山います。皆様の居場所も沢山ございます。

この春、皆さまも一歩外へ出て何かを一緒に始めてみませんか。お待ちしております！

生活支援コーディネーター 渡邊 有希子

車椅子の貸出

外出・通院・旅行などで利用可能です。**介助式、自走式の2種類**があります。**費用は無料**です。(予約可) **貸出期間は7日間**です。継続して利用をご利用の場合は、別途サービスのご案内をいたしますので、ご相談ください。

福祉・保健に関する相談受付時間

月～土 9:00～17:30
日・祝日 9:00～17:00

担当者が、訪問等で不在の場合があります。お電話にてお問合せいただくようお願い申し上げます。(上記以外の時間帯はコールセンターに転送となります。)

福祉・保健に関する相談対象地域

丸山 1～2 丁目
滝頭 1～3 丁目
岡村 1～8 丁目

日々の暮らしで気になることや、お困りごとがありましたら、ご相談ください。

次回「芭蕉の樹」は 令和8年7月発行予定です

スイッチON 磯子

貸室利用案内

地域ケアプラザでは、地域の皆さまに福祉保健の拠点や交流の場として、部屋の貸出を行っています。

利用時間

平日・土曜	9時～18時 (夜間貸室利用のある場合 21時まで)
日曜・祝日	9時～17時
休館日	毎月第3月曜日/年末年始(12/29～1/3)

貸室予約日

・5月1日(金)
・6月1日(月)
・7月1日(水)
9時～12時予約受付。
お問い合わせは、担当、地域交流まで。

滝頭地域ケアプラザ

Instagram



横浜市滝頭地域ケアプラザ 磯子区滝頭2-30-1

問合わせ TEL: 750-5151 / FAX: 750-5155

相談専用 TEL: 758-0622

ケアプラザホームページ



芭蕉の樹

第88号

発行: 令和8年4月10日
横浜市滝頭地域ケアプラザ
住所: 横浜市磯子区滝頭 2-30-1
電話: 750-5151

滝頭地域ケアプラザ

～地域の暮らしを支える活動内容をお伝えします～

地域ケアプラザは、誰もが住み慣れたまちで健康で安心して暮らせる地域をつくるための拠点として、赤ちゃんから高齢者、障がいのある方などたても利用のできる施設です。

水越 所長



通所介護事業(デイサービス)

在宅で介護を必要としている高齢者等(介護保険で要支援、要介護と認定された方を対象)に、送迎、食事、入浴、機能訓練、レクリエーションなど、日常生活を支援する日帰りの介護サービスを提供します。見学やご利用などに関しては、お問い合わせください。

生活相談員: 菅原・大迫・石渡・小島・小端



敬老特別メニュー



大きな浴槽



デイサービスの一日の流れ

- 9:00 送迎
- 10:00 サービス開始・バイタル測定・入浴・個人レクリエーション・機能訓練
- 11:30 口腔体操、パタカラ体操
- 12:00 昼食
- 12:30 口腔ケアなど
- 13:00 昼休みレクリエーション
- 14:00 全体レクリエーション
- 15:00 おやつ
- 15:30 ミニレクリエーション
- 16:00 サービス終了・送迎



居宅介護支援事業

介護を必要とされる方が、適切なサービスを利用できるように、ケアマネジャーがご要望を伺いながらケアプランの作成、関係機関との連絡・調整、給付管理等を行います。

ケアマネジャー: 安井・牧野
小笠原

地域包括支援センター

高齢者の生活全般にわたって、専門職が相談をお受けし、情報提供や関係機関におつなぎします。また、高齢者虐待の防止や振り込め詐欺等の悪質な消費者被害の防止などに取り組むほか、成年後見制度の利用について相談に応じます。さらに、健康講座の開催など介護予防に関する普及啓発を行うほか、介護予防に取り組むグループの活動を支援します。

主任ケアマネジャー: 佐久間 保健師: 白井
社会福祉士: 堀・稲葉



生活支援体制整備事業

高齢者が住み慣れた地域で自分らしく日常生活を営むことができる「地域包括ケアシステム」の実現のため、多様な主体が連携・協力し、高齢者の生活支援や介護予防、社会参加が充実した地域づくり(体制整備)を進めます。

生活支援コーディネーター: 渡邊



地域活動交流事業

地域住民の福祉保健活動や交流の場として、貸室の提供や自主事業の開催、福祉活動支援、ボランティアの育成や、コーディネートも行っております。また、広報誌等で情報提供を行います。

地域活動交流コーディネーター: 志賀
サブコーディネーター: 橋本・大野・佐野

