

【発行日】平成 21 年 4 月 1 日【編集・発行】横浜市桂台地域ケアプラザ【発行責任者】石塚 淳

HPアドレス: <http://www.katuradai.com>

4月になり、新しい年度を迎えました。20年度にご利用者の皆様からアンケートをいただき、2月に集計結果を号外として発行させていただきました。地域交流部門へは「元気が出る講座の開催」「栄区地域保健福祉計画の策定の推進」「緊急時、災害時の対応の周知」というご意見をいただきました。今年度の事業計画に反映し、皆様にとって少しでも利用しやすいケアプラザとして、21年度も歩んでいきたいと思ひます。

地域交流部門 楠原

## 男の料理教室

### 四季の料理を作って楽しみましょう！

年 4 回のお料理教室です。手軽に作れるメニューからおもてなし料理まで挑戦してみませんか。自分たちで作った食事を、和気あいあいと試食するのもこの教室の醍醐味です！

仲間との交流を深め、春・夏・秋・冬四季折々のお料理を皆さんで楽しみましょう！

- 【講 師】 鈴木豊子先生  
(配食サービスコスモス)
- 【日 程】 H21.5月23日(土)  
          9月26日(土)  
          12月26日(土)  
          H22.3月27日(土)
- 【時 間】 10時～14時
- 【会 場】 桂台地域ケアプラザ 2F調理室
- 【参加費】 4,000円  
(年4回分・材料費等)
- 【対 象】 全4回出席可能な方
- 【定 員】 男性12名  
(応募者多数時抽選)
- 【締 切】 5/10(日)

※ 初回は、オリエンテーションも行ないます。皆さんでこの会を作り上げ、楽しみましょう。



## 龍先生のご健康相談

### ～お気軽に来所し、ご相談ください～

協力医で内科医の龍先生による、無料の健康相談を行なっています。身近な病気の相談など、丁寧に対応していただきます。

協力医：龍 覚先生

(上郷医院 院長)

日 時：毎月第2、第4金曜日  
          13時半～15時

場 所 桂台地域ケアプラザ  
          1階 相談室



## おもちゃ文庫特別プログラム

### ～ベビーマッサージのお誘い～

おもちゃ文庫ご利用の皆様、4月のイベントのお知らせです！親子でやすらぎのひとときをどうぞ。

講 師 永井めぐみさん

(ピーターウォーカーズベビーマッサージ認定講師)

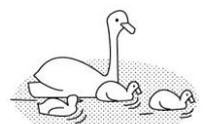
日 時 4月24日(金)  
          11時～12時

定 員 先着10組

(2ヶ月～10ヶ月の乳児と保護者)

参加費 300円(オイル代)

※4月からの受付となります。



# 地域包括支援センターの活動をご報告します

月日はあっという間に流れ、平成 20 年度もあとわずかになりました。

この 1 年間、地域包括支援センター職員がこのページを担当して福祉や保健に関する情報を発信してきました。毎回、テーマを決め記事を作成してきましたが、今回は年度末にあたり地域包括支援センターが取組んだ事業や日々お受けする相談内容から見える地域の実状を報告するとともに、新年度の取組みについてご案内させていただきます。

## 20年度の取組みを振り返って

### 1 地域の様々な支え手と協力して個別の支援に取り組みました

身近な地域での福祉保健の相談窓口として今年度はすでに年間 1000 件強の相談をお受けしています。相談の内容は介護に関するものが 8 割を占めていますが、健康づくりや社会交流・社会参加、件数は少ないですが障害や子育てに関する相談をうかがうこともありました。

介護保険サービスの導入や保険外の民間サービスを利用することで暮らしが立て直されることも多い反面、認知症があったり、不安定な病状のままお一人や高齢者世帯で暮らされている方のご支援をする上ではそうしたサービスだけでは支えきれないというのが実感です。

認知症で県外まで歩いて行かれ保護された方や、お一人で亡くなられていた方、自宅で倒れているのを発見し救命された方・・・多くの方たちの転機や死期に関わらせていただきましたが、彼らがぎりぎりのところで自宅での暮らしを継続してこられたのはご近所同士の見守り、支えあいによるところが大きかったと感じています。



### 2 地域活動の場に出て、「顔の見える」ネットワークづくりに取り組みました

サロンやシニアクラブ、体操サークル等の機会をとらえ、地域の方が集う場を訪問させていただきました。また民生委員やボランティア活動をされている方たちとの連絡会にも定期的に参加させていただきました情報交換の場を持ちました。

3年間続けているこうした地域の方たちとの「顔の見える関係」が形成されてきたことで、地域で個別の問題が生じたとき相互に協力して迅速に対応できるようになってきているように感じています。

### 3 地域の方たちと協力して介護予防の普及に取り組みました

平成 18 年から始まった介護予防の取組みはまだまだ試行錯誤をしている段階ですが、桂台ケアプラザでは平成 19 年から「健康づくりサポーター」と呼んでいるボランティアさんと一緒に介護予防事業に取り組んでいます。

今年度も 14 名のサポーターさんの協力を得て、全 8 回の介護予防講座や地域会場に出向いての体力測定会等を実施しました。サポーターさん相互の交流も深まり、地域介護予防活動の貴重な“人財”ネットワークが形成されてきているように感じます。



設置から 3 年が経ち、上記のような取組みを進める中で「ようやくこの地域のことが少しわかってきたかな」というのが実感です。新年度もこれまでの取組みを継続した上に地域の方たちからいただいた声を上乘せする形で、「地域の方に信頼される」地域包括支援センターを目指していきたいと思えます。

# 21年度の取組みについて

## 1 地域に出向いて、会議や講座！顔の見える関係づくりを行ないます！

20年度と同様、地域のサロンやミニデイサービス、民生委員・児童委員や自治会の会議などに積極的に参加します。

- ・本郷中央地区、民生委員・児童委員定例会の事例検討会に定期的に参加します。
- ・本郷中央地区社会福祉協議会と協働している自治会訪問に参加します。
- ・地域に出向いて行う、健康講座（口腔ケア・介護予防体操等）の企画を検討しています。
- ・上郷西地区の地域福祉関係者分科会を野七里CPと協力して進めます。
- ・上郷西地区の高齢者等訪問活動連絡会に参加します。
- ・介護予防教室を皆さまの近くに出向いて行ないます。
- ・皆さまの取り組んでいる活動を地域交流プログラムや情報冊子に紹介するため、取材に伺います。

今後も、顔の見える関係作りを行うために、地域の会議等に積極的に参加しますので、ぜひお声かけください。

## 2 地域の方たちと協力して高齢者の健康づくり・介護予防に取り組めます

昨年度、ご協力をいただいた「健康づくりサポーター」の皆さんの力を借りながら、今年度も介護予防体操を中心とした教室を開催します。ケアプラザから飛び出して、地域の会場をお借りしての開催を検討していますので、ご興味がある方は、ぜひご連絡ください。また、湘南桂台にある桂山クラブでは独自に体力測定会を継続開催しています。シニアクラブ等で、ご興味のある方もお気軽にご連絡ください。



## 3 わかりやすい、情報発信を行ないます！

先日の会議で、「最新のトピックスを、身近な事例を交えて判りやすく伝えて欲しい」と地域のボランティアグループの方からご要望をいただきました。大学の先生の話も良いけれど、身の回りで起こっている事を、普通の言葉で実感として伝えて欲しいと言う、皆様のご希望だと受け止めています。21年度開催する介護者教室やボランティアグループ分科会での研修、精神保健講座に反映させていただきたいと思っています。この「地域包括支援センターだより」も、文字が多いとお叱りをうけること、しばしばですが、しっかりと情報を伝えていきたいと思えます。

## 桂台は、新年度も同じメンバーで活動します！

地域包括支援センターと地域交流活動部門は、新年度も今年度と同じメンバーで業務にあたります。6人が協力し、努力してまいりますので引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

統括	勝呂 朋子
保健師	多次 淳一郎
主任ケアマネジャー	梅田 薫
社会福祉士	富永 一輝
介護予防プランナー	大井 豪人
地域交流活動コーディネーター	楠原 朋子

電話 : 897-1111  
受付時間 : 月～土曜日は 9:00～21:00  
日曜日・祝日は 9:00～17:00



# 4月1日、野七里ケアプラザ・クロスハート上郷が開設

～5月にはみんなが集えるイベントを！！ボランティアさんも募集します！～



3月13日、わたくし梅田は開設前の野七里地域ケアプラザ取材して来ました。白いタイル張りの豪華な佇まいで、こ、ここがケアプラザ！？と自分の目を疑ってしまいました。

今回は、ケアプラザ(以下CP)と併設される小規模特別養護老人ホームの管理者を兼務されている片山所長とスタッフの皆さまにお話を伺いました。

## Q1：運営はどこがされるのでしょうか？

「社会福祉法人伸こう福祉会」が4月1日より指定管理者として運営を任せられました。伸こう福祉会は、栄区では介護老人福祉施設クロスハート栄・横浜やクロスハート田谷・栄を、CPとしては磯子区の屏風ヶ浦CPを運営しています。

## Q2：どなたが利用できますか？

CPというと高齢者の利用施設と考えられがちですが、子育て支援なども含め、子どもからお年寄りまで、あらゆる世代の方にご利用して頂けるようにしていきたいと思っています。

## Q3：野七里ケアプラザならではの特色のある設備はありますか？

1Fのロビーには、地域情報や介護についての最新情報が置いてあるラウンジを設置する予定です。ご近所の方が気軽に立ち寄れるように、ちょっとコーヒーでも飲みながら、お話ができる場所にと考えています。

また、野七里ケアプラザには多目的ホールが2つあります。地域のボランティアグループや趣味活動グループへのお貸し出し、そして介護予防や健康づくりのための様々な教室の開催など、積極的に地域の皆さんに活用してもらいたいと思っています。多目的ホールの利用方法は、事前に団体登録をしていただき、ご来館の上、直接申し込んでいただく形になります。

## Q4：どのような職員がいらっしゃいますか？

地域の相談機関の要となる地域包括支援センターには保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャーを各1名ずつ、介護保険のケアプランを作成するケアマネジャー、地域のネットワークづくりのお手伝いをする地域交流事業のコーディネーターをそれぞれ1名配置します。

## Q5：最後に、片山所長より地域の方へのメッセージをお願いします！

地域の皆さま方と一緒に「この地に野七里ケアプラザができて良かった」と思えるような施設を創り上げていきたいと思っています。ここに来ると何か楽しい事があるという発信をしていきます。5月のGWの頃には、皆さまへのお披露目を兼ねて楽しいイベントを企画したいとおもいます。一緒に参加して下さるボランティアさんも募集しておりますので、ぜひ気軽にご連絡ください。



建物の写真も撮らせていただきました！一部ですが、ご紹介します



3階建ての白い建物です



講座も会議もバッチリ



ご相談はコチラで

お問い合わせ先：横浜市野七里地域ケアプラザ 電話：890-5331

～次号では、野七里ケアプラザに併設される小規模特別養護老人ホームについてご紹介します。～