

ふれあいくん

葛が谷地域ケアプラザ広報紙 2・3月号

Vol.
117



チームオレンジ事業

令和8年2月1日発行
横浜市葛が谷地域ケアプラザ
住 所：都筑区葛が谷16-3
代表電話：045-943-5951
発行責任者：川田 将之

横浜市のチームオレンジは、認知症の人や家族の希望や願い、困りごとなどの声をもとに、その実現や解決に向けた取組を、認知症の人や家族とともに地域住民や団体、企業、関係機関等が連携して進める「本人支援」の活動です。



▲満席の会場



▲カータン



チームオレンジが実現するとこんな街！

認知症になっても、安心して自分のペースで買い物ができる。

いざというとき、周りの人が気付いて手を貸してくれる。

地域の仲間と顔を合わせながら趣味や好きなことを続けられる。

認知症カフェや地域のサロンなどで、仲間と集まり、楽しい時間を過ごすことができる。

出典：横浜市チームオレンジリーフレット（発行：横浜市健康福祉局高齢在宅支援課）

「わたしのとなりに認知症」～家族や地域、そして本人ができること～ 報告

令和7年12月14日(日) 人気ブロガーのカータンをお招きし、カータンの介護の経験をお話いただきました。笑いあり涙ありで、あっという間の1時間30分でした。「地域包括支援センターを活用した方が良い！」とカータンが力説してくださいました。アンケートからは「楽しかった」「参考になった」の声が多く、認知症が進んできた親御さんと参加された方からは「話が身に染みた」との声もありました。



チームオレンジ交流会・懇談会

葛が谷地域ケアプラザ圏域にある認知症対応型施設の交流会と第1回懇談会を、情報交換や意見交換の場として実施しました。第2回の懇談会は、地域の方も交えて開催予定です。令和8年度も、引き続きチームオレンジ事業に取り組みます。



第1回チームオレンジの懇談会の様子▲

地域の活動紹介

葛が谷地域ケアプラザが担当する地区では、住民同士の交流・つどいの場や健康づくりへの取組などの地域活動が盛んに行われています。身近な地域で楽しんだり元気になれる場所をご紹介します。

ケアプラザ職員も伺っておりますので、ご相談等がございましたらお気軽にお声がけください。

どんど焼きが開催されました！

今年も各地域で「どんど焼き」が開催されました。強風のためお焚き上げが中止となった地域もありましたが、子どもから高齢者までたくさんの方が集まっていました。

温かい汁物やお餅がふるまわれ、子どもみこしや餅つき、昔の遊びやビンゴ大会などで盛り上がっていました。



ささぶねのみちクリーン作戦 <荏田南・渋沢地区>

令和7年11月24日(月・祝) ささぶねのみちクリーン作戦実行委員会主催にて、緑道の清掃活動が行われました。当日は、晴天に恵まれ100名以上の参加者があり、一緒に竹ぼうきで落ち葉を掃き掃除させていただきました。清掃後のお楽しみで、荏田高校の陸上部の生徒と小さい子ども達がワチャワチャしていたのが印象的でした。継続して清掃活動をされています。緑道を核にしたまちづくりの歴史を知り、その価値を共有する人の輪を広げ、未来へと繋げる活動を目指す「緑道は宝」にご興味のある方はWebで検索を！

温かい豚汁がふるまわれ、皆さま、ほころんでいました。



緑道は宝



クリスマスケーキのぬいぐるみプレゼント訪問

主催：つづきの丘小学校コミュニティハウス

令和7年11月16日(日)に、つづきの丘小学校コミュニティハウスで行われた、ぬいぐるみ作成イベントのプレゼントを届けに、近隣の高齢者施設「みんなの家 横浜荏田東」と「ニチケアセンター荏田東」へ、コミュニティハウス館長、日本ぬいぐるみ協会の講師と、参加した子ども達と一緒に訪問させていただきました。施設の方から「涙が出るほどうれしい」、子ども達からは「すごく喜んでくれて、うれしい。参加して良かった」等の感想をいただきました。



事業・講座のご案内



ふれあいくん



子育てサロン きらきら

毎月第3金曜日 10:00～

定員：13組（事前申込先着順）

対象：未就園児とその保護者（きょうだい児の参加可）

参加費無料

イベントを通じて友だちづくりや情報交換をするための地域のサロンです。

2月20日（金）10:00～11:00

出張 親子の広場 ぷらっとカフェ

元気をもらえる先生です！

「リフレッシュヨガ」講師：木村 博子氏

共催：ふれあいの丘地区社会福祉協議会

協力：NPO法人 りんぐりんく

：ふれあいの丘地区 民生児童委員

申し込み用二次元コード

（申込開始1月16日11:30～）



3月20日（金）10:00～11:00

はじめてのコンサート

申し込み用二次元コード

（申込開始2月20日11:30～）

「シンフォニエッタ・トゥッティ」

バイオリン、ビオラ、チェロの弦楽合奏でボランティア活動をされている団体です。優雅で素敵な音色をお楽しみください。お子様が泣いても大丈夫です！



きらきらスペース 親子体操

3月15日（日）10:00～11:30

定員：10組（事前申込先着順）

対象：おおむね2～3歳のお子様とその保護者（きょうだい児の参加可）

体を動かしてリフレッシュしましょう！



参加費1家族¥500 ※キャンセル料なし

▲申込用二次元コード

手芸サロン

編み物や刺しゅう等、一緒に楽しみませんか。

毎月第4水曜日 13:30～15:00

日時：2月25日（水）、3月25日（水）

対象：どなたでも

※初参加の場合は要申込、材料や道具は各自持参

参加費無料



くずがやゆめひろば



参加費無料

日時：2月27日（金）10:00～11:30

対象：支援者、障がい児の保護者、関心のある方

発達障がいのある兄弟（小中学生）を育てる地域の身近なママさん2名に日頃の様子や思うことをお話しいただいた後、座談会も開催します！

主催：くずがやゆめひろば実行委員会

～発達障がいのある子の日常～



理解してくれる人が増えると良いな！



申込用二次元コード▲

※申込〆切：2月20日（金）



～ノロウイルス等消化器系の感染症について～

冬は気温が下がり、空気が乾燥することで、お腹の風邪と呼ばれる消化器の感染症が増える季節です。夏に多いのは細菌による食中毒ですが、冬に流行するのはウイルスが原因のものです。中でもよく知られているのが、ノロウイルスやロタウイルスで、どちらも非常に感染力が強く、家族や施設の中で一気に広がってしまうことがあります。

症状としては、急な吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、軽い発熱などが見られます。多くの場合は数日で回復しますが、高齢の方は脱水になりやすいので注意が必要です。食事が取れないときでも、経口補水液や白湯、水などを少しずつこまめに飲むように心がけてください。

嘔吐物や汚れた衣類を片づけるときには、特に慎重に対応することが大切です。必ず使い捨ての手袋とマスクを着け、新聞紙などでそっと拭き取り、最後に塩素系の消毒液でよく消毒します。ノロウイルスにはアルコールが効きにくいので、家庭用の塩素系漂白剤を薄めたものを使うようにしましょう。作業が終わった後は、石けんを使って丁寧に手洗いをするのがとても大切です。

予防で一番効果があるのは、やはり手洗いです。外出から帰ったとき、調理や食事の前、トイレの後などは忘れずに洗いましょう。うがいやマスクの着用も、感染のひろがりを防ぐ助けになります。

冬を元気に過ごすために、日頃から衛生習慣を見直し、無理をせず体調管理を心がけていきましょう。

地域包括支援センターから

～令和7年度講座より～ 社会福祉士 片桐



今年度も様々な講座を実施いたしました。ご参加いただきました地域の皆様へ改めてお礼申し上げます。7月「お墓セミナー」11月「相続税講座」のほか、12月「悪質商法セミナー」では近年増加している訪問販売や点検商法などについて具体的な事例をもとに、被害に遭わないためのポイントをご説明いただき、参加された皆様からも大変よかったとのお声をいただきました。こうした被害防止のため、怪しいと感じた際は葛が谷地域ケアプラザや横浜市消費生活総合センターへお気軽にご相談ください。

次年度もぜひご参加お待ちしております。どうぞよろしくお願いいたします。

【相談先】葛が谷地域ケアプラザ 地域包括支援センター

TEL：045-943-5915

公益財団法人横浜市消費者協会 横浜市消費生活総合センター

TEL：045-845-6666



▲お墓セミナー



▲相続税講座



▲悪質商法セミナー



ほら、
よこはまは
あったかい

社会福祉法人 横浜市社会福祉協議会

横浜市葛が谷地域ケアプラザ

住所：横浜市都筑区葛が谷16-3

電話：943-5951 FAX：943-5961

相談専用電話：943-5915

ご相談の際は、まずはお電話にてご連絡お願いいたします。

(夜間の貸部屋の予約がない場合は、18:00で閉館となります。)

開館時間

月曜日～土曜日 9:00～21:00

日曜・祝祭日 9:00～17:00

休館日：第4日曜日・年末年始

(デイサービスは日曜日および年末年始がお休み)



葛が谷地域
ケアプラザHP

※夜間開館については
こちらから
ご確認ください。



都筑ふれあいの丘駅より徒歩3分