

桂台ケアプラザだより

2024年
7月号

発行日 / 令和6年7月1日

発行責任者 / 勝呂 朋子

編集・発行 / 横浜市桂台地域ケアプラザ

お問い合わせ先 / 045-897-1111(代)

熱中症に注意が必要な季節になってきました。桂台地域ケアプラザの入口（コミュニティコーナー）では涼み処が再開しました！麦茶をご用意していますので、ウォーキングの途中などにお寄りください。

今月のお知らせ

下記の講座についてのお申し込みやお問い合わせは、桂台地域ケアプラザ（☎045-897-1111）にご連絡ください。

フードドライブ～「食」でつながる新たな「絆」～

生活にお困りの方へ食料等をお渡しする取り組みであるフードパントリーが7/27に栄区社会福祉協議会で実施されます。以下の期間では、桂台地域ケアプラザでも食品の寄付を受け付けています。

受付期間: 令和6年7月16日（火）～24日（水）開館時間内

受付場所: 桂台地域ケアプラザ 受付

おもちゃ文庫「ぼこ」夏休みについて

令和6年7月22日（月）～8月26日（月）は閉庫となりますが、一部の日にちではベランダで水遊び（夏季ぼこ）を実施します。

水遊び実施日: 表記の日程の10時～12時 【7/23（火）、25（木）、30（火）】

【8/1（木）、6（火）、8（木）、22（木）、29（木）】

場所: おもちゃ文庫「ぼこ」（桂台地域ケアプラザ内）

桂台げんき食堂 夏休みスペシャル カレー&工作

毎週火曜日に学習室、月に1回食事を実施している桂台げんき食堂の夏休みスペシャルイベントです。工作はスライムスクイズ、くるくるクレーンを一緒に作ります。

日時: 令和6年7月30日（火）工作 ①10時～11時15分 ②12時30分～13時45分
カレー 11時半～12時半

費用: 工作は無料、カレーはこども100円、大人300円 対象: 小学生・中学生

場所: 桂台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

申込: メールにて①名前 ②学年 ③連絡先 ④食事の有無 ⑤工作の参加希望時間（前半or後半）を入力してください。白水【genkishokudo@gmail.com】

いきいきスマホ講座～タクシー配車アプリにチャレンジ～

最近タクシーがつかまりづらいというお声をよく聞きます。この機会にタクシー配車アプリ（タクシーGO）の使い方を学んでみませんか。



日時: 令和6年8月26日（月）14時～15時半 場所: 桂台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

定員: 20名（定員次第、〆切）

申込受付期間: 7/1～8/14（定員に達した際は早めに締め切らせて頂きます。）

※事前にタクシーGOアプリのインストールが必要です。インストールは無料、通信費は自己負担です。ご不明な方は事前にご相談ください。（担当: 矢澤）

介護保険改正で何が変わる？改正のポイント解説+健康測定会

介護保険法は3年に1度のサイクルで改正されており、変更点を中心にわかりやすく解説します。講座終了後、保健活動推進員さんによる健康測定会（血管年齢、血圧、体組成、足趾力等）を実施します。

日時: 令和6年8月30日（金）14時～15時半 場所: 桂台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

※桂台ケアプラザだより2024年6月号において、「さくら亭」の紹介記事に誤りがありました。開催日について、第3水曜日と記載されておりましたが、正しくは第3日曜日になります。以上のように訂正し、ここに謹んでお詫び申し上げます。

ケアプラザを利用中に「もしも」があったら…

避難経路や非常口、火災報知器、消火栓、消火器の場所を記載した館内図を、貸館利用団体さんに当日お渡ししているバインダーに掲載しているほか、各部屋にも館内図として掲示しています。いつも点検表を記入して頂いていますが、こちらもぜひご確認ください。

また、職員は定期的にAED研修を受講したり、消火器訓練、全体避難訓練、部門ごとの避難訓練を実施しています。もしもの際は、安心して職員の指示に従ってください。



★火災の場合

- 火災時は放送の指示に従って行動して下さい
- 口元を押さえる
- 姿勢を低く
- エレベーターは使用しない



★地震の場合

- 倒れてくる物や落ちてくる物のない安全な場所に待機する（部屋の中央・机の下）
- あわてて外に出ない（当館は安全な耐震構造になっています）
- ガスコンロの火は無理に消さない
- 落下物から身を守る（特に頭を保護）
- 放送の指示に従って行動してください。

⇒もしもの際は、逃げ遅れた方がいないか確認するために、参加者をお伺いします。退室者やトイレ休憩の方を含め、お仲間全員で声をかけあうことができるようにご協力お願いいたします。

貸館利用団体さん向けの避難経路の説明会や館内ツアーを実施しています！

活動前、活動後の5～10分でもできます。1年に1度、確認してみませんか？

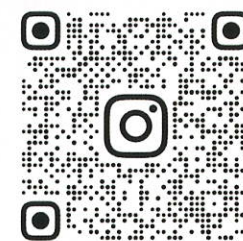
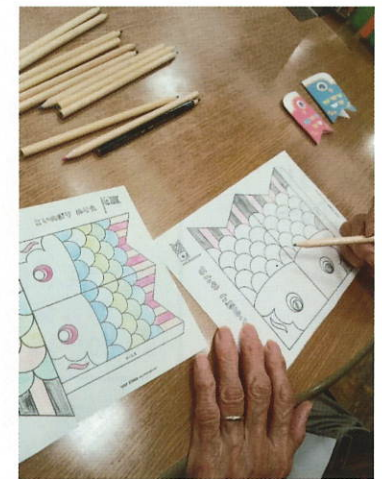
ご希望の団体さんは地域活動交流コーディネーターの大井までお声掛けください。



桂台ケアプラザこぼれ話

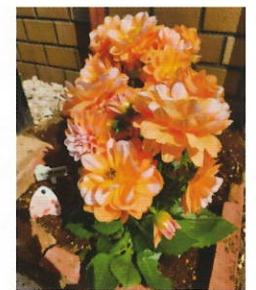
★ケアプラザ盛り上げ隊★

来館者の方、デイサービスの利用者さん、桂台カフェの皆さん、サポートセンター径のメンバーさんなど、みんなでケアプラザを飾る作品を作っています…



KATURADAICP

ケアプラザの花壇の様子やスペシャルデイをInstagramで発信中です！！動画もあります♪ イベント情報やカレンダーも掲載していますので、ぜひご覧ください。



桂台地域ケアプラザのケアマネジャー5人組です！

シルバーの車や水色の軽自動車で、地域に訪問させて頂いています…



桂台地域ケアプラザ

令和6年7月カレンダー

開館時間

■:9:00~18:00

□:9:00~17:00

■:9:00~21:00

日	月	火	水	木	金	土
	1 ひまわり 13:00~	2 桂台げんき食堂 学習室 15:00~17:00	3 昭和歌謡と 唱歌をうたおう (五月会) 10:00~ コミュニティバス ばすっぴー	4 ぷらっとオアシス 14:00~ 木曜サロン 15:00~	5	6
7 桂台カフェ (認知症カフェ) 13:30~	8	9 桂台げんき食堂 15:00~18:30	10 スリーA スマイルの会 10:00~	11 ボッチャの日 13:30~	12 スペシャルデイ (バイオリン演奏) 14:00~	13 医療相談 14:00~
14 休館日	15	16	17 NFの会 11:00~ 桂台スロー ショッピング スペシャルデイ (歌声喫茶) 14:00~	18 栄養講座 14:00~	19 ポール ウォーキング クラブ桂台 9:30~	20
21	22 ひまわり 13:00~ スペシャルデイ (友遊太極拳) 14:00~	23 桂台健康講座 15:00~	24 スリーA スマイルの会 10:00~	25 ボッチャの日 13:30~	26	27 看護師のお話 10:00~ 医療相談 14:00~
28	29	30 桂台げんき食堂 夏休みスペシャル	31			

フードドライブ受け取り期間

桂台スローショッピング…もの忘れや筋力低下などで外出が不安になってきた方がボランティアと一緒にゆっくり買い物を楽しめる取り組みです。利用者、ボランティア募集中！
コミュニティバス「ばすっぴー」…湘南桂台自治会が実施しているセンターゾーン（商店や銀行ATMがある）と湘南桂台周辺を運行するコミュニティバスです。どなたでも乗ることができます。



←桂台スローショッピングの詳細や「ばすっぴー」の時刻表などは左記コードからヨコハマ地域活動サービス検索ナビをひらき、キーワード検索をしてください。

NFの会…第1日曜日に認知症の方と家族の会（桂台カフェ）、奇数月第3水曜日に認知症家族の会を実施しています。はじめての参加も大歓迎。事前にお問い合わせください。

スペシャルデイ…ボランティアさんがデイサービスで特別プログラムを披露していただきます。ご興味のある方はどなたでもご観覧頂くことができます。申し込み不要です。

※各イベント等にご興味のある方は事前にご連絡・お申込み下さい。（☎045-897-1111）
また、直前で日程等が変更になる場合がございますので、ご了承ください。