

# 桂台ケアプラザだより

2025年  
3月号

発行日 / 令和7年3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)

外壁塗装が2月で完了しました。施工期間中はご利用の皆さまにご不便、ご迷惑をおかけしました。ご協力ありがとうございました。おかげさまでとてもきれいになりました！心機一転、私たち職員一同も、よりよい支援ができるように頑張っています。

これから暖かくなる季節、皆さまも何かはじめてみませんか。地域ケアプラザでは様々なサークル等が活動されていますし、4月には剪定ボランティア講座も実施します。申込なしでも気軽に参加できるものもあります。桂台地域ケアプラザといえば、介護の相談というイメージが強いかもしれませんが、何かはじめてみたい等の相談もお気軽にどうぞ。



桂台地域ケアプラザの外観

## イベントのおしらせ

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。

### 桂台健康講座「脳血管疾患の発見と治療」

脳血管疾患について、誰もが突然なる可能性があります。北村先生のお話を聞ける貴重な機会ですので、ぜひお越しください。

日時: 令和7年4月3日(木) 14:00~15:30

場所: 桂台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

講師: 北村 佳久氏(十慈堂病院 院長)

定員: 40名程度(定員になり次第〆切)

### 備えてあんしん終活講座「おうちや実家の整理整頓術」

自宅の片付けをしなくてはというお声をよく聞きます。生前整理や遺品整理などをおこなうプロの方にお話を聞いて、ご自宅の整理をはじめてみませんか。

日時: 令和7年4月14日(月) 14:00~16:00

場所: 桂台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

講師: 古川 めぐみ氏(アメイジー株式会社)

定員: 25名程度(定員になり次第〆切)

### 剪定ボランティア実践講座

桂台周辺エリアで活躍されている「さかえ・グリーン協力隊」の方に、ご自宅の庭木の剪定に役立つ知識を実践的に学んでみませんか。ボランティアに興味のある方、大歓迎です！

日時: 令和7年4月28日(月) 13:30~15:00

場所: 桂台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

講師: 佐久間 正夫氏(さかえ・グリーン協力隊) 定員: 10名程度(定員次第〆切)

持ち物: 剪定はさみ、刈込はさみ(お持ちでない方にはお貸出しします)

参加費: 500円(資料代)

※当日は汚れてもいい服装でお越しください。





## 桂台スローショッピングをご存じですか？

桂台スローショッピングとは、もの忘れや筋力の低下などで、外出や買い物に不安のある方、自信がない方に対して、ボランティアさんが見守りや声掛けなどのお手伝いをして買い物を楽しむ取り組みです。月に1回実施しており、買い物支援だけでなく、参加者同士やボランティアさんも含めた交流も大きな目的です。参加者はサポートを受けながら、自分のペースで買いたい物を探して選び、慌てずゆっくり支払いをすることで、自信や役割を取り戻すことにもつながります。

イトーヨーカドー桂台店ではご本人に合わせて、ゆっくり支払いができるレジを用意するなどの配慮を下さっています。行き帰りの交通手段としては、コミュニティバス「ばすっぴー」を活用させて頂いています。

1月にはボランティア、担当ケアマネジャー、近隣の事業所のケアマネジャー、湘南桂台自治会、イトーヨーカドー桂台店などの皆さんと、これまでの取り組みを振り返ったりする懇談会を開催しました。これからも活動を広げていきたいと考えていますので、よろしくお願いいたします。

### ★桂台スローショッピングの一例

- 13:50 ボランティアさんがご自宅を訪問
- 14:10 最寄りのバス停からばすっぴーに乗車
- 14:20 イトーヨーカドー到着  
一緒にお買い物+おしゃべり
- 15:20 ばすっぴーに乗車
- 15:30 ボランティアさんがご自宅まで  
荷物を持って付き添い



桂台スローショッピングの  
⇐詳細はこちら

コミュニティバス  
「ばすっぴー」の  
詳細はこちら⇒



### ボランティアさん募集中！

ご興味のある方はお気軽にご相談ください。  
桂台地域ケアプラザ 矢澤 (☎045-897-1111)

## さかえ・グリーン協力隊では、新しい仲間を募集しています！

少しでも興味のある方は、ぜひ講座にご参加ください。天気が良ければ、実際にケアプラザの木を剪定しながら、学ぶことができます。ボランティアに自信がない方も、ご自宅の庭木の剪定に役立ちます！

### 「剪定ボランティア実践講座」

日時：令和7年4月28日（月）13:30~15:00 場所：桂台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

講師：佐久間 正夫 氏（さかえ・グリーン協力隊） 定員：10名程度（定員次第〆切）

持ち物：剪定はさみ、刈込はさみ（お持ちでない方にはお貸出しします）

参加費：500円（資料代） ※当日は汚れてもいい服装でお越しください。

### ★さかえ・グリーン協力隊とは

桂台周辺でも高齢化が進み、ケアプラザにお庭の困りごとの相談が増えてきました。そこで立ち上がったのが「さかえ・グリーン協力隊」です。活動中のお姿を見かけた方もいらっしゃるかもしれません。活動も9年目になり、多くの方に頼りにされています。お一人暮らしの方などの見守りも行っており、桂台地域ケアプラザと連携をしています。詳しくは右の二次元コードもご覧ください。



## 最 近 の 桂 台 テ イ



MIKAWAさん、キイチさん

介護美容を学ぶ学生さんが  
来てくれました！



ハンドトリートメント



⇐ご利用者様の100歳パーティも開催しました。  
私たちが元気を頂きました！写真はプレゼントした手作りの花束です。



# 桂台地域ケアプラザ

## 令和7年3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
<p>★桂台スペシャルデイ★ 時間はいずれも14:00~15:00                      申込不要でご観覧頂けます。受付でお声掛けください。                      3/12(水) 歌声喫茶                      3/27(木) ザ・ラベンダース(コーラス)</p>						1
2 桂台カフェ 13:30~	3 ひまわり (ふまねっと) 13:00~	4 桂台げんき食堂 学習室 15:00~17:00	5 五月会(昭和歌謡 とおしゃべり) 10:00~ コミュニティバス 「ばすっぴー」	6 ぷらっとオアシス 14:00~ 木曜サロン 15:00~	7	8 医療相談
9 休館日	10	11 桂台げんき食堂 15:00~18:30	12 スリーA スマイルの会 10:00~ スペシャルデイ 14:00~	13 ボッチャの日 13:30~	14	15 権利擁護相談会
16	17 ひまわり (ふまねっと) 13:00~	18 スペシャルデイ 14:00~	19 NFの会 11:00~ 桂台スロー ショッピング	20	21 PWクラブ桂台 9:30~	22 医療相談
23	24	25	26 スリーA スマイルの会 10:00~	27 ボッチャの日 13:30~ スペシャルデイ 14:00~	28	29
30	31					

おもちゃ文庫「ぽこ」…親子で遊べる居場所です。毎週月~金曜日(祝日を除く)10時~12時

3/26~4/6は閉庫していますので、ご注意ください。

桂台げんき食堂…こどもたちの居場所です。第2火曜日は美味しいお食事があります。学習室は毎週実施しています。

五月会…昭和歌謡とおしゃべりの会です。申し込み無しでどなたでも参加できますので、気軽にどうぞ。

桂台カフェ…認知症本人と家族のつどいです。ご興味のある方は気軽にお問い合わせください。

医療相談…協力医である進藤医院の鹿野先生に健康等の相談ができます。各日2組限定(事前予約制)

※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。