

桂台ケアプラザだより

2025年
2月号

発行日 / 令和7年2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)

桂台地域ケアプラザでは、日々たくさんのボランティアさんが活躍して下さっています。デイサービスの配膳やドライヤー、付き添い、プログラム支援、様々なイベントごと、サロン、認知症カフェ、子育て関連など多岐にわたります。先日は、ミニ羽子板づくりをデイサービスで実施したのですが、事前準備や当日のお手伝いなどに多くのご協力を頂きました。皆さんとても喜ばれ、素敵な作品ができあがりましてのご紹介します。ボランティアの皆さま、いつも本当にありがとうございます。



イベントのおしらせ

※来館時はスリッパ等の上靴のご持参にご協力ください。
※駐車場のご用意はございませんので、徒歩または公共交通機関でお越しください。

行政書士による権利擁護相談会 ～相続、遺言、成年後見～

「自分や家族が認知症になったら…」 「相続や遺言について相談してみたい」 など、心配なことはありませんか。行政書士の先生に気軽に相談できる無料の個別相談会です。事前予約必須です。

日時: 令和7年3月15日(土) ①13:00~13:30 ②13:30~14:00
③14:00~14:30 ④14:30~15:00

※相談の時間については、原則お選び頂けません。お申込み後、時間を改めてお知らせします。

場所: 桂台地域ケアプラザ 相談室

定員: 4組 (定員になり次第〆切)

申込: 桂台地域ケアプラザ ☎045-897-1111



おもちゃ文庫「ぽこ」

親子で遊んで、ほっと一息つきませんか。木曜日は桂台保育園の先生、月・火・水・金曜日は支援ボランティアさんがいらっしゃいます。たくさんのおもちゃもありますので、ぜひお越しください。事前予約は不要です。

開庫時間: 毎週月～金曜日(祝日を除く) 10時～12時
場所: 桂台地域ケアプラザ 1階 おもちゃ文庫ぽこ

お互いさまねっと公田町団地でベジチェック® (推定野菜摂取量測定)

バランスよく栄養を摂れていますか? お互いさまねっと公田町団地の場所で推定野菜摂取量の測定会を実施します。手のひらで簡単に測定できます。栄区役所の管理栄養士さんのプチャアドバイスも!

この日はあおぞら市も実施しています。お買い物やおしゃべりついででもOK! お近くの方はぜひ足をお運びください。

日時: 令和7年2月25日(火) 10:30~11:30

場所: お互いさまねっと公田町団地 いこい(公田団地バス停すぐ)

申込み・問合せ: いこい窓口又は桂台地域ケアプラザ ☎045-897-1111

申込み無しでも参加可能ですので、お気軽にどうぞ!



地域活動団体紹介…新しい参加者を募集している団体です。もしご興味がある方がいらっしゃいましたら、お気軽に桂台地域ケアプラザにお問い合わせください。☎045-897-1111

認知症予防のための筋力体操教室

週に1回、みんなで集まって、イスを使った筋トレ体操、脳トレ、歌（ピアノにあわせて）をしています。認知症予防のための筋トレ体操です。新規メンバー募集中とのことです。興味のある方は、まずは桂台地域ケアプラザにご連絡ください。☎045-897-1111

日時：桂台地域ケアプラザ 第1・3金曜日 10時～11時半

上郷矢沢コミュニティハウス 第2・4・5金曜日 10時～11時半

※希望者は9時～10時で自強術（じきょうじゅつ）を実施している。

参加費：無料

※以前は会費を集めていました。そのお金でプリント代をまかなっています。

今後、残金がなくなったら、また集金するかもしれません。）



地域包括支援センターに新規職員が入職しました！

新しい職員も加わって、さらなるチームワークで相談対応等をしてまいります。介護保険のご相談など、お気軽にご相談ください。

1月より地域包括支援センターの社会福祉士としてお仲間入りさせていただきました倉元と申します。

これまで、他の区でケアプラザで勤務した経験はありますが、まずは、皆様が活動する場などにできる限り出向いて1日も早く皆さまの地域のことを知りたいと思っています。色々教えていただきながら顔の見える関係性を築き、何かあってもなくても気軽に「ケアプラザに行って話しをしてみようかな」と思っていただけのような相談員になりたいと思います。どうぞよろしくお願いたします。



【ご報告】 令和6年度利用者アンケートの結果について

いつも桂台地域ケアプラザをご利用頂き、ありがとうございます。各ケアプラザでは、毎年皆様にアンケートを実施しております。事業ごと、5つに分けて対象者の方にお渡ししましたが、509通のご回答をいただきました。改めまして御礼申し上げます。様々なご意見を賜りましたので、ここにご報告いたします。また、結果を事業に反映させるよう努めてまいります。

アンケートの主な設問につきましては、下記の内容になります。（一部抜粋です）

〔職員の対応について〕	挨拶や対応の際の言葉使いや態度が丁寧ですか？
〔施設の快適性について〕	施設は清潔に保たれ、適切な明るさや温度となっており、快適ですか？
〔事業目的などの説明について〕	参加した事業の目的・目標はきちんと説明されていますか？
〔要望などをお伺いする体制について〕	職員に気軽に不満や要望を伝えられる環境や体制が整っていると感ずますか？
〔緊急時の対応について〕	緊急時・災害時等における安全確保の方法について、充分説明を受けていますか？
〔広報について〕	地域ケアプラザの存在や業務内容、催し物について、広報誌、パンフレット等で地域の方々へ周知されていますか？
〔事業内容のご希望について〕	今後、地域ケアプラザでどのような事業を実施してほしいと思えますか？

★アンケート結果から私たちが課題としたことを以下の通り、ご報告いたします。

貸館事業…①避難経路を掲示して欲しい。②机やイスなどの備品や施設に関して、老朽化を感じる。③チラシや配架が見づらい。

⇒①各部屋に避難経路図を掲示していますが、周知が不足していました。貸館団体への声かけや避難経路ツアーに加え、講座などの際にも案内するなど、周知の機会を増やします。②修繕などを進めながら、予算を検討してまいります。③配架の位置を案内したり、見えやすいように整理します。

通所介護事業、居宅介護支援事業…①個人情報に関する説明についてのご意見。

⇒①初回の契約時に説明しておりますが、その後もご利用者様にわかりやすいように連絡帳に貼付したり、訪問時への説明をしたり、わかりやすい説明を心がけてまいります。

自主事業…①家の中の片付けや整理などについて知りたい。

⇒同様のご意見を複数頂きました。現在、家の中の片付けや整理をテーマとした講座を企画しています。実施の際には、桂台ケアプラザだよりでご案内いたしますので、ぜひご参加ください。

その他にもたくさんのご意見を頂戴いたしました。また、私たち職員の励みになるような温かいお言葉もたくさんいただきました。皆様ありがとうございました。ケアプラザの周知も引き続き、桂台ケアプラザだよりやInstagram等を活用して実施していきます。アンケートに限らず、ご意見はいつでもお伺いいたします。お気づきのことがありましたら、いつでもお声掛けください。今後ともよろしくお願いたします。



桂台地域ケアプラザ


令和7年2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。 2/8(土) ひだまり…歌・ピアノコンサート 2/15(土) 虹のコーラス…歌 2/28(金) ピポロン合奏団…キーボード、リコーダー演奏</p>						
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 15:00~18:30 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 ぶらっとオアシス 14:00~ 木曜サロン 15:00~	7	8 にこりんく共催 親子で音楽遊び 10:30~ スペシャルデイ 14:00~ 医療相談
9 休館日	10 桂台健康講座 「高齢者に多い 腰の病気」 15:00~	11	12 スリーA スマイルの会 10:00~	13 ボッチャの日 13:30~	14	15 あおぞら会 14:00~ スペシャルデイ 14:00~
16	17 ひまわり (ふまねっと) 13:00~	18	19 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~ ナイトヨガ 19:00~	28 スペシャルデイ 14:00~	

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）と桂台周辺エリアを周回するコミュニティバスです。ライフコートさかえの協力を受けています。どなたでも乗ることができます。時刻表など詳細は左記コードの「ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ」からご確認ください。



検索ナビをひらいたら、「ばすっぴー」でキーワード検索！

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
 桂台げんき食堂…こどもたちの居場所です。お食事なしの学習室は毎週実施しています。
 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）
 ナイトヨガ…呼吸法を中心とした、ぐっすり眠るためのヨガです。参加費500円。

※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。