



地域包括支援センターについて

地域ケアプラザの中にある地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた町で生活を続けることが出来るよう、お手伝いします。

介護や健康のこと

健康や介護予防に関する講座や教室を開催し、介護予防をすすめます。

さまざまな相談ごと

介護保険の相談や申請のお手伝いをします。介護保険以外でも高齢者の相談を受け、必要なサービスや機関につなげます。

上矢部地域ケアプラザ 地域包括支援センター



社会福祉士

主任
ケアマネジャー

看護師等

※介護保険申請・相談でご来所の際は
必ずお電話くださるようお願いいたします。

権利を守ること

高齢者の皆様の権利を守ります。
(詐欺・消費者被害の防止、成年後見制度利用の相談、虐待の相談など)

暮らしやすい地域のために

地域のつながりを強めます。
(地域ボランティア活動支援、医療機関との連携、見守りネットワークづくりなど)

DVDで はまちゃん体操

DVDを見ながら一緒に はまちゃん体操をしませんか？コロナ感染症予防策として、人数・時間に制限がありますので以下に該当する時間帯でお越しください。なお、指導者はいませんのでDVDを見ながら行う体操とさせていただきます。

日時：令和2年7月9日(木)

鳥が丘：10:00～10:20

上矢部：10:30～10:50

矢部：11:00～11:20

場所：上矢部地域ケアプラザ多目的ホール

申込：各回12名 **電話のみ**の受付とさせていただきます。(811-2442)

持物：水分・タオル

内容：DVDを見ながら行う「はまちゃん体操」

待ち時間と待機場所のご用意がないため、時間厳守でお願いいたします。



7月以降の 自主事業について

新型コロナウイルス感染防止として、室内の換気やソーシャルディスタンスの基準を満たす事業から順次再開する予定となっております。また、各部屋に人数制限があるため、事前申し込みとさせていただきます。再開の時期や申し込み方法はホームページや館内に掲示させていただきます。ご不明な点がございましたら、お電話でお問い合わせください。



マスク等寄付のお礼

マスクや消毒薬が不足しているなか、地域の皆様よりご寄付をいただき、大変感謝しております。大切に使用させていただきます。



7月事業予定

ケアプラカード対象事業 

子育て支援	子連れdeヨガサロン (9カ月～未就園児の親子)		実施未定 【7月16日(木)】	10:00～11:00 ※要申し込み
	赤ちゃん教室 (1歳未満)		実施未定 【7月8日(水)】	10:00～11:30
	かみやべGO (未就園児) ※毎月開催場所が 異なります		7月お休み	10:00～11:30
障がい支援	はなうた		7月お休み	10:15～12:15
	あったまり場 (こころの病の方)		7月9日(木)	14:00～16:00
高齢者支援	ミニデイサービス		7月お休み	10:00～12:00
	おしゃべり スポーツ喫茶		7月お休み	13:30～15:00
地域支援	歌声喫茶 ※2部制		7月お休み ※第3水曜に 変更になります。	13:00～14:00 矢部町・その他の地域の方 14:30～15:30 上矢部町・鳥が丘地域の方
	囲碁将棋コーナー		実施未定 (毎週金曜日)	9:30～12:00
	上矢部健康 麻雀教室		実施未定 (第2月曜日) (第4月曜日)	12:00～16:30
	歌と運動の 健康づくり教室 ～はまちゃん体操～		7月9日(木) ※DVDのみ	10:00～11:30
	いいじいカフェ (コミュニティカフェ)		実施未定 【7月6日(月)】	10:00～12:00

戸塚ファミリークリニック 齋藤院長の健康相談

7月17日(金) 12:30～13:30
電話にてご予約ください。

ケアマネつうしん

今回は訪問入浴介護についてのご紹介です。自宅で入浴するのが難しい高齢者に対して看護職員と介護職員が訪問し、持参した特殊浴槽にて入浴のサービスを行います。入浴前の健康チェック、お湯張り、衣類の着脱、浴槽への移動、入浴介助、着替え、入浴後の健康チェックまで実施します。体調によっては部分浴や清拭となります。季節に合った入浴剤やマイクロバブルの装置を用意している事業所もあります。スタッフと楽しく会話しながら入浴でき、心身のリフレッシュが期待できますので、毎回楽しみにされている方が多いです。家族も入浴の合間にちょっとした介護や健康についての相談ができ、安心されています。必要に応じて取り入れてみてはいかがでしょうか。詳しくは担当のケアマネジャーにご相談ください。

平馬 橘 内藤

七夕飾り

ご利用者様とコロナ終息を
短冊に願いを込めました。



デイサービスより



5月の行事食です。

担当:菅野・森

利用者様の作品
幼子の
二人遊べる
水ぎはに
竜の滝の音の
聞ける

日々雑感

この度、地域活動交流コーディネーターとして入職いたしました大橋です。これまで利用する側だったケアプラザで働くことができ嬉しいです。まだ右も左も分からず、周りの方々に助けられながらですが、早く一人前になって地域に貢献できるように頑張ります!

横浜市上矢部地域ケアプラザ

掲載情報のお問い合わせやご質問、ご意見、ご要望は下記まで。また介護申請・相談の際は事前にご連絡ください。

電話：045-811-2442

戸塚駅西口より
上矢部高校・領家中学校
経由戸塚駅循環バス
「上矢部地区センター前」
下車徒歩1分

