

# 新吉田地域ケアプラザ てっぺんひろば



2025年11月1日発行  
第280号  
横浜市港北区新吉田町6001-6  
発行責任者：津國久美子



## 事業報告 ▶

10月5日(日)、当法人のお祭り「共生まつり」を開催いたしました。少し汗ばむくらいの爽やかな天候の中、たくさんの方にご来場いただきました。迫力のある華やかな太鼓の音が鳴り響き、幸先良いお祭りのスタートとなりました。法人内外の障害者地域作業所等の製品販売やキッチンカーの出店、復興支援の取り組みなど盛りだくさんの内容の他、イベントでは道化師のバルーンアートや、創立30周年を記念した伊東えり氏のスペシャルコンサートをご来場いただいた方に楽しんで頂きました。また、この日は長きに渡りお世話になっているボランティアさんの表彰式も行い、日頃の感謝をお伝えしました。

社会福祉法人 横浜共生会

## 共生まつり



## 地域情報 ▶

### 新吉田地区 新吉田あすなろ地区 さがしてネット模擬訓練実施のお知らせ

「さがしてネット」の模擬訓練を行います。  
地域のたくさんの方のご協力をお願いします。

#### 【訓練内容】

徘徊者が発生したことをLINEでお知らせします。  
近くに徘徊者（役）を見かけましたらケアプラザまでご連絡下さい。(045-592-2151)

#### 【訓練日時】

新吉田地区 11月13日(木)14:30～  
新吉田あすなろ地区 11月18日(火)15:00～  
(どちらも小雨決行です。)

※「さがしてネット」は認知症の方やそのご家族が安心して地域で暮らすための取り組みで、行方がわからぬ方がいる場合に、LINE登録者にお知らせをし、情報を呼びかけます。是非、左の二次元コードからLINE配信登録をお願いいたします。

#### 新吉田あすなろ地区

### 第一町内会シルバ一体操教室



さがしてネット  
LINE登録はこちら →



## 地域情報 ▶

新吉田あすなろ地区第一町内会で、今年の6月に毎月第1木曜日10時から、第一町内会館で、新しい体操教室が立ち上りました。

体操講師久松先生の体操はゆっくりとした声掛けで過激な運動は行わず身体の中にあるインナーマッスルを意識しながらしっかりと身体を動かす事により、背筋が伸びていつまでも若々しく歩けるようになって欲しいという想いがあります。

体操が終わった後、参加者の表情はとても明るく清々しい表情をされていました。

回覧 ▶



# 地域包括支援センターより

## ～ロコモティブシンドローム（ロコモ）って、なに？～

加齢に伴う筋力低下や、骨・関節などの疾患で運動器に障害が起り、「立つ・座る・歩く」等の移動能力が低下する状態のことをいいます。

★ ひとつでも当てはまればロコモの心配があります！（ロコモティブシンドローム予防啓発公式サイトより）

- ・家中でつまずいたり滑ったりする
- ・2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である
- ・家のやや重い仕事が困難である
- ・階段を上がるのに手すりが必要である
- ・片脚立ちで靴下がはけない
- ・横断歩道を青信号で渡れない
- ・15分程度続けて歩けない

当ケアプラザにて、「フレイル予防」に関するご相談及び資料をお渡ししています。

連絡先：新吉田地域包括支援センター 593-5691（河内・宮田・伊藤）



## 事業報告

### 運営協議会

10月8日（水）、新吉田地域ケアプラザ運営協議会を開催いたしました。委員のみなさまに、今年度上期の事業や取り組みについてご報告いたしました。委員のみなさまからこれからも誰からも頼りにされる施設であって欲しいというご意見をいただきました。



### S カフェ

10月5日（日）共生まつり時に、横浜市総合保健医療センターと共に、若年性認知症当事者がコーヒーを淹れてお客様に提供する、「S カフェ」を開きました。当日は約100人の方にコーヒーをご注文いただき、認知症についての理解を深めるきっかけになりました。



## イベント案内

### 新吉田地区保健活動推進員共催

### 認知症？それとも・・・

横浜労災病院出張市民講座。地域の中で高齢者とコミュニケーションが取り辛い方や、怒りやすくなってきた方に対しての接し方や受け止め方についてどう考えていけば良いのかを学びます。

日 時：12月11日（木）  
時 間：14時00分～15時30分  
会 場：新吉田地区センター 大会議室  
講 師：山本 晴義 先生  
(横浜労災病院勤労者メンタルセンター長)  
参加費：無料  
お申し込みは不要です

### あすなろ会館 出張講座＆相談会

ケアプラザ職員があすなろ会館に出向き、出張講座を開催します。今回は、介護保険についての講座を行います。講座終了後には、希望者の方のみ個別相談もお受けいたします。

日 程：11月21日（金）  
時 間：14時00分～15時00分  
会 場：あすなろ会館  
対 象：どなたでも可  
参加費：無料  
内 容：介護保険を知ろう  
※ 前日までにお申し込み下さい。



過去の様子

## 新吉田地域ケアプラザ案内

〒223-0056 横浜市港北区新吉田町6001-6  
TEL:592-2151 FAX:592-0105

※電車、バスご利用の場合

東急東横線「綱島駅」より

2番乗り場（綱島71系統）から

「勝田折り返し所」行きバス乗車

「神暉」下車 徒歩5分

※車ご利用の場合  
第三京浜都筑インター新吉田出口すぐそば  
駐車場あり（台数には限りがあります）



ホームページ



公式 LINE

