



# ケアプラかわら版

第203号2月号(令和8年1月23日発行)

社会福祉法人 誠幸会  
横浜市南希望が丘地域ケアプラザ  
横浜市旭区南希望が丘72-3  
☎360-5095 fax 360-1198  
✉ nanki\_cp@i-seikoukai.or.jp  
所長 宇賀神 直美

## えほんとわらべうたのひろば

わらべうたを歌いながら親子でスキンシップ♪子どもたちが楽しめる絵本の読み聞かせに、こころ優しくゆったり過ごす時間です。わらべうたと絵本を楽しんだ後はフリータイムとなります。ぜひお父さんもご参加ください！

【開催日】 毎月第4水曜日 2/25 3/25  
【時間】 10時～11時 (フリータイムは10:20位から)  
【対象者】 0～2歳位のお子さんとその保護者  
【場所】 南希望が丘地域ケアプラザ 2階

協力：おはなしボランティアグループ なんきのくまさん

事前の予約は  
いりません！

参加  
無料！

「りんごの棚」は、特別なニーズのある子どもを対象とした公共図書館サービスの一つとして、スウェーデンの図書館でスタートしました。すべての子どもに読書の喜びを体験してもらう場所として、スウェーデン国内のほとんどの図書館に設置されています。日本初の「りんごの棚」は、埼玉県川越市小川町立図書館で設置されました。国内でも少しずつ広がりをみせています。横浜市旭図書館からの「りんごの棚」提案に賛同し、南希望が丘地域ケアプラザも設置することになりました。



●さわる絵本●  
●点字つきの本●  
●LLブック●



「りんごの棚」とは、すべての子どもたちに読書の楽しさを知ってもらうため、始まった取り組みです。印刷された文字を読むことが難しい人も利用できます。利用しやすい形式の本を一つの場所に集めることで、子どもが自分に適した本に出会える手助けをします。



## 2月 ケアプラザ活動カレンダー

※中止や延期になる場合があります

| 日              | 月                   | 火  | 水   | 木                         | 金  | 土                  |
|----------------|---------------------|----|-----|---------------------------|----|--------------------|
| 1              | 2                   | 3  | 4   | 5                         | 6  | 7                  |
|                | 10:00～<br>乳幼児救命救急教室 |    | 休館日 | 11:00～<br>パン販売<br>パン工房ホップ |    | 10:00～<br>うたってわくわく |
| 8              | 9                   | 10 | 11  | 12                        | 13 | 14                 |
| 13:00～<br>ふらっと |                     |    |     |                           |    |                    |



# 地域包括支援センターからのお知らせ

## 地域で防ごう！高齢者を狙う悪質商法・詐欺

高齢者を狙う消費者トラブルは、年々巧妙化し、被害が深刻化する傾向にあります。大切なご家族やご友人、地域の方々を守るために、その手口と対策を知ることが重要です。

### なぜ狙われる？悪質商法・詐欺の背景と手口

狙われる3つの不安「お金・健康・孤独」



高齢者が抱える不安を悪用し、匠な言葉で信用させ、財産を狙います。

### 要注意！こんな手口が増えています



有名なりすまし投資勧誘



無料点検商法



役所を騙る還付金詐欺



被害が発覚しにくく、高額になりやすい被害を隠したり、騙されていると気づかないまま契約を繰り返したりして深刻化します。

### みんなで守る！被害を防ぐための鉄則と相談窓口

#### 被害を防ぐための「3つの鉄則」



「振り込まない」「家に入れない」「一人で決めない」を徹底しましょう。

#### 地域の「見守り」気づきのポイント



見慣れない業者の車



未開封の箱



ATMで通話している等の異変に注意。

「おかしい」と思ったら、すぐ相談！

お金を払う前に、消費者ホットライン「☎188」や警察相談「☎9110」へ。

© NotebookLM

お困りごとは地域包括支援センターまで ☎360-5095 小谷・木原・三背

## 生活支援コーディネーター通信 106

### ケアプラザでレコード鑑賞

皆様、寒い日々がしばらく続きそうですが、風邪やインフルエンザに気を付けてください。今回はレコードについてのお話です。

世間では音楽を聴きたいと思えばボタン一押しでダウンロードして高品質の音楽を楽しめますよね。現在は若者の間ではレコードが注目されています。

レコードの魅力って（あくまでも個人的な感想ですが）

- ①曲の顔となるジャケットデザインの美しさ
- ②針をレコード盤に落としていく動作
- ③音はデジタル音源よりも柔らかく、温かみがあり、アナログならではの深み
- ④「パチパチ」というノイズ

なのかなと感じます。自分の好きな曲を手間をかけて聴くというのはいいものですね。

そのような魅力のあるレコードが聴けるレトロ感溢れるステレオを寄付していただきました。レコードからでる音を聞いたことがない方もいるかと思いますが、ケアプラザで聴いてみては如何でしょうか。現在、ケアプラザの「音楽懐館（第2日曜日の13:30～）」で聴くことができます。レコード数は少ないですが、いっしょに懐かしい曲をレコードで聴ければと思います。お気軽にお越し下さい。お問い合わせは南希望が丘地域ケアプラザ 生活支援 伊藤まで。最後にステレオを寄付された方、貴重なものをありがとうございました。



皆さんの地域の活動やちょっとした困りごとを教えてください。生活支援コーディネーター 伊藤まで

## デイサービス通信



12月19～25日は【クリスマス会】を開催、職員による『合奏＆歌謡ショー』や『やーるーず』『ドレミの会』『アロヒラニ』『J&Bバンド』の慰問を楽しまれました。歌謡ショーでは、職員だけでなくご利用者も歌を披露。慰問では沖縄民謡・バンド演奏・合唱を聞き、歌い踊り一緒に盛り上がりしました。今年はクリスマスプレゼントとして『手袋』をお渡ししました。2026年も、皆さんと一緒に楽しみたいと思います！！



12月29日は【フラワーアレンジメント教室】が開催されました。今回は、カーネーションや葉ボタン、松などお正月らしいお花を使用し、アレンジしていただきました。松の中から獅子舞の飾りがさり気なく見えて、とてもボリューム感のある、立派な作品が完成しました。



12月15日は【パンケーキ作り】を行いました。手際良く作業を進め、美味しそうにパンケーキが完成！皆さん美味しそうに召し上がられていました。



12月17日はスポーツビジネス専門学生が来られ【ボッチャ大会】が開催されました。ボッチャを行った事がない方も、楽しそうに参加されていました。



12月22日の冬至と26日の変わり風呂は【ゆず湯】でした。地域の方から頂いた立派な柚子をお風呂に浮かべ、心身共に温まり、ゆずの香りを楽しまれました。

見学やご相談・ご利用どんな事でも！相談員 高橋・佐藤・佐々木・諸星まで

## 居宅介護サービス（ケアマネジャー）通信

### ～訪問診療について～

今回のテーマは訪問診療です。「訪問診療」とはお一人で通院するのが大変な方のご自宅に医師が定期的に訪問し、治療や看護、健康管理等を行う医療サービスです。似ているサービスの往診との違いや、訪問診療の良いところについてご紹介させていただきます。

### <訪問診療ってどんなサービス？どんな方に向いているの？>

#### 【訪問診療の特徴】

- ①住み慣れた環境でリラックスして診療をしてもらえます。
- ②移動が不要で待ち時間も無い為、本人や家族の負担も軽減されます。
- ③多くのクリニックは24時間の連絡体制が整っており、夜間や休日も含め発熱や体調変化などの緊急時にも安心です。

#### 【こんな人に適しているかもしれません】

- ①認知症や病気によって病院に行くのが大変で、1人での通院が難しい方。
- ②人工呼吸器や酸素療法をしており、移動が大変な方
- ③「できるだけ自宅で過ごしたい」「病院ではなく家で治療したい」という希望がある方 等

※費用は年齢や医療保険の負担割合、訪問回数によって変わります。詳しくはクリニックにご確認ください。

### <訪問診療と往診の違いについて>

訪問診療は月に1～2回程度、決められた間隔で訪問して診療や療養上のアドバイスをします。一方、往診とは、体調不良等で通院できない時に臨時で医師が訪問する医療です。それぞれ目的や仕組みが異なるため、状況に応じた使い分けが大切です。

私たちケアマネジャーがご対応いたします！ぜひご相談下さい 坂場・岡戸・藪まで