

# 地域ケアプラザとは？

地域ケアプラザとは、高齢者、子ども、障害のある方など誰もが地域で安心して暮らせるよう、身近な福祉・保健の拠点として様々な取組を行っている、横浜市独自の施設です。

## 地域ケアプラザの機能

- (1) 福祉・保健に関する相談や支援
- (2) 福祉・保健の行事や催しの開催、活動の場の提供
- (3) 介護保険のケアプラン作成などの居宅介護支援
- (4) 高齢者の生活を支える地域づくり(生活支援体制整備事業)
- (5) 高齢者デイサービス ※一部地域ケアプラザを除く

## 障害のある方やご家族のための取組

- 障害に関する相談があった場合、必要なサービスの紹介や関係機関におつなぎします。
- 障害のある方向けのサロンや障害児の余暇支援など、障害児・者をサポートする事業を行っています。

※実施状況など詳細は各地域ケアプラザにお問い合わせください。

◆ お住いの地域を担当する地域ケアプラザは、こちらで検索できます。

[ふくしらべ](#) [検索](#)



## 18 よこはましえだちいき 横浜市荏田地域ケアプラザ



- 住所 〒225-0013 青葉区荏田町494-7
- TEL/FAX TEL:045-911-8001 (代表) 045-911-8005 (相談)
- FAX:045-911-8121
- 運営主体 社会福祉法人 横浜市社会福祉協議会
- 相談時間 月～土 9:00～18:00  
日(第3日曜日を除く)・祝日 9:00～17:00
- ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)  
茶話会(高齢者)、介護予防教室、介護者のつどい、えだぴよ(子ども)
- 交通アクセス 電車:市営地下鉄「中川駅」から徒歩12分  
東急田園都市線「江田駅」から徒歩15分  
バス:「江田駅」から東急バス「綱島駅」行き  
「江田エル前」下車徒歩3分
- ホームページ <https://www.yokohamashakyo.jp/eda/>



### ひとことメッセージ

施設の横には早瀬川が流れ、隣接する「かたらい宿公園」では、一日中、子どもたちの声が響くのんびりとした環境です。  
住みなれた地域で安心して自分らしく暮らしているよう、「身近な相談窓口」として、相談を受けたり、さまざまな事業を実施したりしています。お気軽にお越しください。



# 19 よこはまし のちいき 横浜市もえぎ野地域ケアプラザ



- 住所 〒227-0044 青葉区もえぎ野4-2
- TEL/FAX TEL:045-974-5403 FAX:045-974-5405
- 運営主体 社会福祉法人 横浜市社会福祉協議会
- 相談時間 月～土(第3月曜日を除く) 9:00～18:00  
日・祝日 9:00～17:00
- ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)
  - ・もえぎ野茶屋(地域に住む皆様の交流の場)
  - ・ブックアシスト(ケアプラザ内にある図書コーナーの管理)
- 交通アクセス 東急田園都市線「藤が丘駅」正面口改札から徒歩10分
- ホームページ <https://www.yokohamashakyo.jp/moegino/>



## ひとことメッセージ

老人福祉センター「ユートピア青葉」と併設されている地域ケアプラザで、福祉活動やボランティア活動の推進、福祉事業の企画、部屋の貸出等を行っています。また、部屋を活用して、ボランティア団体をはじめとした様々な団体が多種多様な活動を展開しています。ご興味がある方は、お気軽にご連絡ください。



# 20 ならちいき 奈良地域ケアプラザ



- 住所 〒227-0036 青葉区奈良町1757-3
- TEL/FAX TEL:045-962-8429 FAX:045-962-9847
- 運営主体 社会福祉法人 ル・プリ
- 相談時間 月～土 9:00～18:00  
日・祝日 9:00～17:00
- ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)
  - ・唄声ひろば(毎月第2金曜日開催)
  - ・認知症カフェ-こならカフェ(毎月第1土曜日開催)
  - ・人生100年時代に備える知っ得くセミナー(年7回程度開催)
  - ・介護者のつどい(年6回程度開催)
  - ・頭の体操クラブ(毎月第3水曜日開催)
  - ・おさんぽ広場(毎月第1・3火曜日開催)
  - ・わらべうたベビーマッサージ(毎月第2水曜日開催)
- 交通アクセス 東急田園都市線「青葉台駅」から東急バス118系統「奈良北団地」行き「奈良小学校前」下車徒歩5分  
JR横浜線「十日市場駅」から市営バス23系統「奈良北団地」行き「奈良小学校前」下車徒歩5分
- ホームページ <https://le-pli.jp/facility/nara-careplaza/>



## ひとことメッセージ

平成10(1998)年9月に開所 障害者施設「青葉メゾン」が併設 近隣に田畑が残る自然豊かな立地

# 21 よこはまし おかちいき 横浜市さつきが丘地域ケアプラザ



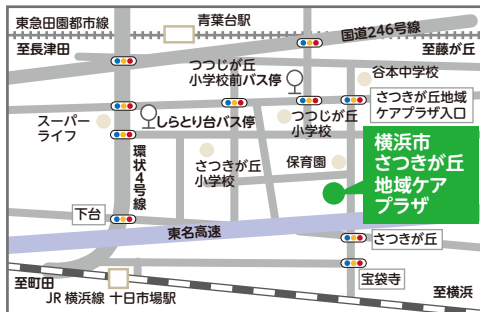
- 住所 〒227-0053 青葉区さつきが丘12-1
- TEL/FAX TEL:045-972-4768 FAX:045-972-4759
- 運営主体 社会福祉法人 みどり福祉会
- 相談時間 月～土 9:00～18:00  
日・祝日 9:00～17:00



- ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)
  - ・子育てワイワイ広場(対象:0歳～未就学児)
  - ・GOGO健康講座(栄養、口腔、運動) ・認知症予防(脳トレ)講座
  - ・ハマトレ(朝活)講座・元気づくりステーション(歩こう会、盆踊りの会、しらとりサロン) ・認知症カフェ
  - ・介護者の集い ・チームオレンジ(認知症)勉強会 ・認知症サポーター養成講座 ・ヨコハマボランティアポイント
  - ・ボランティア支援 ・権利擁護事業 ・ケアマネジャー支援
- 交通アクセス 東急田園都市線「青葉台駅」から徒歩18分  
「青葉台駅」から東急バス「藤が丘駅」行き「つつじが丘小学校前」下車徒歩5分、  
市営バス「若草台中央」「十日市場駅」「中山駅北口」行き  
「しらとり台」下車徒歩10分
- ホームページ <https://midorifukushikai.or.jp/facility/satsuki/>

## ひとことメッセージ

住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らせるようお手伝いいたします。どなたでも利用できる身近な相談窓口です。まずはお気軽にお電話ください。



相談したい

地域ケアプラザ

# 22 よこはましくつ おかちいき 横浜市美しが丘地域ケアプラザ



- 住所 〒225-0002 青葉区美しが丘4-32-7
- TEL/FAX TEL:045-901-6714 FAX:045-901-6718
- 運営主体 社会福祉法人 緑成会
- 相談時間 月～土(第1土曜日を除く) 9:00～18:00  
日・祝日 9:00～17:00



- ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)
  - ・ほっと寄り道ハマトレ部 ・月1グループウォーキング
  - ・坂の途中の寄り道カフェ ・わたしノートサロン
  - ・暮らしあんしん講座 ・スマホサロン
- 交通アクセス 【たまプラーザ駅から】  
東急バス「虹ヶ丘営業所」「美しが丘西」「江田駅」「柿生駅前」行き 乗車  
「美しが丘3丁目」下車 徒歩7分 又は「たまプラーザ駅」から徒歩15分(1.2km)  
【あざみ野駅から】  
小田急バス「向ヶ丘遊園」行き 東急バス「たまプラーザ駅」行き 乗車  
「平川」下車 徒歩5分又は「あざみ野駅」から徒歩23分(1.8km)
- ホームページ <http://www.ryokuseikai-yokohama.jp/publics/index/9>

## ひとことメッセージ

住宅地の中にあるケアプラザです。バス停からは少し歩きます。ご相談者専用の駐車場が1か所あります。また、ケアプラザに来館する事が難しい方には、訪問でのご相談もご対応します。来館相談、訪問相談いずれも、事前にお電話にてお時間のお約束をお願いいたします。



## 23 よこはましおおばちいき 横浜市大場地域ケアプラザ



- 住所 〒225-0023 青葉区大場町383-3
- TEL/FAX TEL:045-975-0200 FAX:045-979-3200
- 運営主体 社会福祉法人 横浜市福祉サービス協会
- 相談時間 月～土 9:00～18:00  
日・祝日 9:00～17:00 (年末年始12/29～1/4を除く)



### ● ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)

- |                                                                                         |                                                                   |                                                                    |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>【子育て】</b><br>・さくらんぼひろば<br>・とっぴんぱらり<br>・リトミックであそぼう!<br>・キッズフラワーアレンジメント<br>・おもしろ科学・で工作 | <b>【介護者】</b><br>・介護者のつどい<br>・カフェかやのき<br>(認知症カフェ)<br>・認知症サポーター養成講座 | <b>【介護予防】</b><br>・健身操<br>・はつらつ体力チェック<br>・スクエアステップ<br>・あおばイキイキ!!元気塾 | <b>【その他】</b><br>・かやのきコンサート<br>・ボランティア団体支援<br>・自治会・商店会との取組み<br>・権利擁護事業<br>・認知症マフの取組み |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|

- 交通アクセス 市営地下鉄・東急田園都市線「あざみ野駅」よりバス2番乗場「あざみ野ガーデンズ」行き「大場坂上」下車徒歩約3分

- ホームページ <http://www.hama-wel.or.jp/branch/ooba/>

### ひとことメッセージ

おさんから高齢者まで、助け合いながら安心して暮らせる地域づくりを目指し、様々な取組みを行っています。包括へのご相談等、先ずはお電話にてお気軽にお問合せ下さい。



## 24 よこはましかもしだちいき 横浜市鴨志田地域ケアプラザ



- 住所 〒227-0033 青葉区鴨志田町547-3
- TEL/FAX TEL:045-961-6912 FAX:045-960-6011
- 運営主体 社会福祉法人 ふじ寿か会
- 相談時間 月～土 9:00～18:00  
日・祝日 9:00～17:00



### ● ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)

- ・かも☆ん ・あおば音楽遊びの会 ・ぽかぽかあおば
- ・ほっこりんこ ・ポッチャの会 ・介護者のつどい
- ・鴨ちゃんカフェ

- 交通アクセス 東急田園都市線「青葉台駅」から東急バス(2番のりば)青31系統「鴨志田団地」行き、青30系統「寺家町」方面「団地中央」下車 徒歩5分

- ホームページ <http://www.fujizuka.com/plaza/>

### ひとことメッセージ

誰もが暮らしやすいまち、いつまでも健やかに暮らし続けられるまちづくりを地域の皆様と一緒に目指します。お気づきの点がありましたら、ケアプラザまでご相談ください。



# 25 ビオラ市ケ尾地域ケアプラザ

いちがおちいき



- 住所 〒225-0024 青葉区市ケ尾町25-6
- TEL/FAX TEL:045-308-7081(代表)・045-979-0241(相談)  
FAX:045-308-7082
- 運営主体 社会福祉法人 中川徳生会
- 相談時間 月～土 9:00～18:00  
日・祝日 9:00～17:00
- ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)
  - ・お休み処Viola ・介護者のつどい ・こもれ陽市茶
  - ・交流広場どんぐり ・介護予防講座
  - ・ビオラの畑 ・囲碁将棋フリースペース ・唄ごえサロン
- 交通アクセス 東急田園都市線「市ケ尾駅」から 徒歩4分
- ホームページ [https://nakagawa-tokushokai.com/main/office/viola\\_ichigao\\_careplaza.html](https://nakagawa-tokushokai.com/main/office/viola_ichigao_careplaza.html)

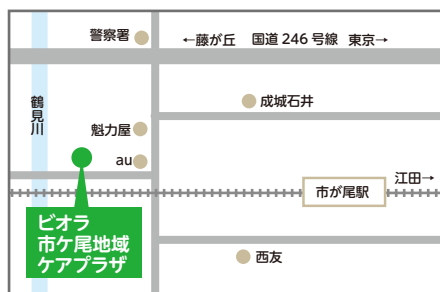


相談したい

地域ケアプラザ

## ひとことメッセージ

地域の方が気軽に立ち寄り安心して相談できる場所を目指しています。多目的ホールからは東急電車がすぐそばにみえます。毎月発行の広報紙にも情報が載っていますので是非ご覧ください。



# 26 青葉台地域ケアプラザ

あおばだいちいき



- 住所 〒227-0062 青葉区青葉台2-8-22
- TEL/FAX TEL:045-988-0305 FAX:045-985-1588
- 運営主体 社会福祉法人 ル・プリ
- 相談時間 月～土 9:00～18:00  
日・祝日 9:00～17:00
- ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)
  - ・のびのび広場 ・子育てサロン ・保育園で遊ぼう
  - ・障害者余暇支援事業 ・あっとほーむAOBA ・転倒予防クラブ
  - ・いきいき筋活体操
- 交通アクセス 東急田園都市線「青葉台駅」から 徒歩5分
- ホームページ <https://le-pli.jp/facility/aobadai-careplaza/>



## ひとことメッセージ

青葉台駅から徒歩5分の場所にあり、地域活動ホームすてっぴと併設で、多くの方にご利用いただいています。お待たせしたり、再度の来所がない様に事前にお電話にて予約していただくと幸いです。



## 27 よこはましおんだちいき 横浜市恩田地域ケアプラザ



- 住所 〒227-0066 青葉区あかね台2-8-4
- TEL/FAX TEL:045-985-2133(相談) FAX:045-988-0901
- 運営主体 社会福祉法人 みどり福祉会
- 相談時間 月～土(第4月曜日を除く) 9:00～18:00  
日・祝日 9:00～17:00
- ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)
  - ・よってこひろば
  - ・よってこひろば田奈
  - ・よってこふあ～む
  - ・ラジオ体操
  - ・介護者のつどい
  - ・なごみサロン(認知症カフェ)
  - ・みんなでウォーキング
  - ・成瀬尾根散策
  - ・小さいいちご 大きいいちご
  - ・親子のひろば(親子フリースペース)
  - ・もみじのおてて ぶれいぱーく(子育て支援事業)
- 交通アクセス 東急田園都市線「青葉台駅」から東急バス「あかね台」行き「熊の谷公園前」下車 徒歩5分  
こどもの国線「恩田駅」から 徒歩15分  
JR横浜線、東急田園都市線「長津田駅」から 徒歩25分
- ホームページ <https://midorifukushikai.or.jp/facility/onda/>



### ひとことメッセージ

あかね台中学校の隣のケアプラザです。「よってこ」には、基幹相談支援センター等の職員が来ているので遊びながらの相談もできます。ぜひ、お越しください。

## 28 よこはまし ちいき 横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ



- 住所 〒225-8530 青葉区新石川2-1-15  
たまプラーザテラスリンクプラザ4F
- TEL/FAX TEL:045-910-5211(代表)、045-910-5221(相談)  
FAX:045-910-5231
- 運営主体 社会福祉法人 緑成会
- 相談時間 月～土 9:00～18:00 日・祝日 9:00～17:00
- ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)
  - ・介護予防普及強化事業(ロコモ予防講座・口腔・栄養講座等)
  - ・子育て支援事業(親子のあそび場・小学生向けワークショップ等)
  - ・地域交流事業(季節のコンサート等)
  - ・その他(ボランティア講座・認知症カフェ等)
- 交通アクセス 東急田園都市線「たまプラーザ駅」南口から 徒歩1分  
リンクプラザの連絡通路を渡り、エレベーターで4階に上がり奥までお進み下さい。
- ホームページ <http://www.ryokuseikai-yokohama.jp/publics/index/10/>



### ひとことメッセージ

横浜市たまプラーザ地域ケアプラザは 2013年3月1日に駅に隣接する建物に設置された青葉区で11館目の地域ケアプラザです。横浜市の指定管理制度に基づき 社会福祉法人 緑成会 が2022年4月1日～指定を受け、運営管理しています。駅近ということもあり、幅広い世代の方にお越しいただいております。



# 29 よこはまし のちいき 横浜市すすき野地域ケアプラザ



- 住所 〒225-0021 青葉区すすき野1-8-21
- TEL/FAX TEL:045-901-5710 FAX:045-909-0072
- 運営主体 社会福祉法人 若竹大寿会
- 相談時間 月～土 9:00～18:00  
日・祝日 9:00～17:00
- ケアプラザで取り組んでいること(自主事業)
  - ・すすき野庵 毎週水曜日の13:00～17:00  
ひきこもりや生きづらさ等、人には言いにくい  
悩みごとを抱えている人の為の相談窓口
  - ・みんなであそぼ 月1回9:30～11:00  
地域療育センターあおばとの連携事業  
就学前の親子のひろば、気軽にご相談もできます
- 交通アクセス 東急田園都市線「あざみ野駅」から東急バス6分  
「すすき野一丁目」下車 徒歩1分
- ホームページ <https://wakatake.net/category/facility/caresusugino/>



相談したい

地域ケアプラザ

## ひとことメッセージ

御嶽神社の前のケアプラザです。バス停も近く本数も多いのでお気軽にお越しください。毎月発行のケアプラザ便りにも情報が載っていますので、是非ご覧ください。

## 「ヘルプマーク」を知っていますか？



ヘルプマーク

義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、又は妊娠初期の方など、外見からは分からないが「援助」や「配慮」を必要としている方々が、周囲の方に「配慮」を必要としていることを知らせることで「援助」を得やすくなるよう作成したマークです。



横浜市では、石灰石から生まれた環境に優しい新素材「LIMEX」を使用したヘルプマークを採用しています。

LIMEXのヘルプマーク

### 「ヘルプカード」について



ヘルプカード(表紙)

外見からは支援や配慮を必要としていることが分からない方が携帯することにより、災害時や日常生活の中で困ったときに、周囲の方に自身の障害等の支援や配慮を求めるカードです。

このカードには、援助が必要なことを知らせるための「ヘルプマーク」を表示しております。また、住所や緊急連絡先、配慮や手助けをして欲しいことを記入することができます。

「ヘルプカード」を所持している方から手助けを求める提示があった場合は、記載内容に沿って支援をお願いします。

詳しくは、横浜市のホームページ等をご参照ください。

ヘルプマークについて知っていますか？▶  
(横浜市ホームページが表示されます)

