

— 総括表 —

◆ 事業計画

☐ 地域の現状と今後の方向性

高齢化率の高い地域であることに加えて、複合的な生活課題が抱えた方も多く住まわれている地域である。
また、地域住民による主体的な見守り活動や支援が期待されているが、地域の担い手不足が顕著である。
そのような地域であるため、地域団体や福祉施設、専門機関とのネットワークの構築を強固にし、連携を深め、より一層の福祉施策の拡充を目指す。

☐ 今年度の重点的な取組

新規		継続		— 具体的な取組内容 —
☐		☒		今年度は、「福祉施設に行く」という心理的ハードルを下げる取り組みを行っていく。例えば、子ども向けイベントや、幼保、小学校の作品展の開催や学習支援、居場所作りなどを行っていく。
☐		☒		第5期上白根地区地域福祉保健計画のTOMONITY(支えあい連絡会)について、コアメンバーとの定期的な話し合いを通じて、地域活動に携わる住民との連携を維持する。
☐		☒		働きやすい職場環境と効率よく業務をこなすために、職員それぞれの目標管理を整え、毎月行っている職員研修の充実と、その他必要な研修があれば、部署ごとで研修に取組んだり、外部研修やICTなどを積極的に取り入れていく。
☐		☒		認知症当事者と家族の思いを受け止められる場所づくり「あったか、ひだまり」(チームオレンジ)の活動を充実させていく。
☐		☒		複合的な課題を持っている方、特に困難事例は、専門職や行政、関係者を招き、協力医や精神科医等にアドバイスをいただきながら、課題解決に向けて個別地域ケア会議を開催していく。

◆ 事業報告・事業実績評価

☐ 振り返り

☐ 区からのコメント

令和8年度横浜市ひかりが丘地域ケアプラザ事業計画書・報告書(施設運営、介護保険事業)

1 施設の適切な運営について

	公正・中立性の確保について	コンプライアンス等への対応について (事故報告、個人情報保護、備品管理簿)
取組計画	常に地域住民、利用者が自立した生活を営めるよう地域住民や利用者の主体性を尊重し、自らの意思で必要な社会資源やサービスを選び、決められるように支援する。できる限りの情報提供を行い、選択し自己決定できるよう最大限に配慮をする。	マニュアルやダブルチェックシートが効果的に運用されるよう、事故防止及び個人情報保護研修を実施し、職員に対する周知及び対応力の向上を図る。
実績		

2 指定介護予防支援事業、居宅介護支援事業

	指定介護予防支援事業 第1号介護予防支援事業	居宅介護支援事業
目標	利用者本人が目標を理解したうえで、その達成のために必要なサービスを主体的に利用して、目標の達成に取り組んでいけるような計画を作成し、利用者自らが目標を達成できるように支援する。	地域の方々が住み慣れた自宅で継続して暮らすことができるよう安心と信頼を提供する。利用者の意思を尊重し、持てる能力を発揮するかたちで自立した生活を営む事ができるよう計画を作成し、利用者自らが目標を達成できるように支援する。
利用料金	【サービスに係る費用】 指定介護予防支援に要する費用の額の算定に関する基準(厚生労働省告示第百二十九号)及び横浜市介護予防ケアマネジメント実施要綱に基づく金額	【サービスに係る費用】 指定居宅介護支援に要する費用の額の算定に関する基準(厚生省告示第二十号)に基づく金額
	【その他料金】	【その他料金】
職員体制	保健師1名、主任ケアマネジャー1名、社会福祉士1名、介護予防プランナー専従1名	ケアマネジャー2名(うち管理者兼務1名)
契約者数		

3 通所系サービス事業

	通所介護・第1号通所介護	(介護予防)認知症対応型通所介護	地域密着型通所介護
目標	利用者の生活機能及び生活意欲の維持・向上を図り、住み慣れた地域で生活が継続できるよう支援を行う。		
実施体制	【実施日数】週6日 【提供時間】9:00～16:10 【定員】40名【通所介護】	【実施日数】 【提供時間】 【定員】	【実施日数】 【提供時間】 【定員】

利用 料金	【サービスに係る費用】 指定居宅サービスに要する費用の額の算定に関する基準(厚生省告示第十九号)及び横浜市介護予防・日常生活支援総合事業実施要綱に基づく金額	【サービスに係る費用】 指定地域密着型サービスに要する費用の額の算定に関する基準(厚生労働省告示第百二十六号)及び指定地域密着型介護予防サービスに要する費用の額の算定に関する基準(厚生労働省告示第百二十八号)に基づく金額	【サービスに係る費用】 指定地域密着型サービスに要する費用の額の算定に関する基準(厚生労働省告示第百二十六号)に基づく金額
	【その他料金】 【通所介護】 ●1割負担分(7-8時間)1回分 要介護1:706円 要介護2:833円 要介護3:965円 要介護4:1,097円 要介護5:1,231円 ●その他利用料(1回分) 入浴介助加算Ⅰ:43円 中重度者ケア体制加算:48円 若年性認知症利用者受入加算:64円 サービス提供体制加算Ⅱ:19円 介護職員等処遇改善加算Ⅰ(おおよそ(基本額+加算額)×9.2%) 食費:850円 紙パット・紙パンツ50～100円 【第1号】 ●1割負担分(7-8時間)1ヶ月分 要支援1:1,928円 要支援2(週1回):1,928円 要支援2(週2回):3,882円 ●その他利用料(1ヶ月分) サービス提供体制加算Ⅱ(週1回:78円、週2回:155円) 介護職員等処遇改善加算Ⅰ(おおよそ(基本額+加算額)×9.2%) ●その他利用料(1回分) 食費:850円 紙パット・紙パンツ50～100円	【その他料金】	【その他料金】
職員 体制	・管理者兼相談員1名 ・相談員2名以上(介護職兼務含) ・機能訓練指導員3名以上 ・看護師3名以上 ・介護士10名以上(相談員兼務含) ・厨房4名以上 ・ドライバー3名以上		
契約 者数 等	【延べ利用者数】 【契約者数】	【延べ利用者数】 【契約者数】	【延べ利用者数】 【契約者数】

**令和8年度 横浜市ひかりが丘地域ケアプラザ
収支予算書及び報告書（一般会計）＜地域活動交流＞**

収入の部

(単位：円)

科目	当初予算額 (A)	補正額 (B)	予算現額 (C=A+B)	決算額 (D)	差引 (C-D)	説明
指定管理料：	24,344,230	0	24,344,230	0	24,344,230	横浜市より
内 受領額	24,344,230		24,344,230		24,344,230	
戻入額					0	
自主事業収入（指定管理料充当の自主事業）	0		0		0	
雑入	6,000	0	6,000	0	6,000	
内 印刷代	2,000		2,000		2,000	
自動販売機手数料	0		0		0	
その他	4,000		4,000		4,000	
その他	234,000		234,000		234,000	
収入合計	24,584,230	0	24,584,230	0	24,584,230	

支出の部

科目	当初予算額 (A)	補正額 (B)	予算現額 (C=A+B)	決算額 (D)	差引 (C-D)	説明
人件費：	16,004,710	0	16,004,710	0	16,004,710	本部経費を含む
内 本俸	13,064,000		13,064,000		13,064,000	
社会保険料	1,500,000		1,500,000		1,500,000	
手当計	0		0		0	
健康診断費	10,000		10,000		10,000	
勤労者福祉共済掛金	0		0		0	
退職給付引当金繰入額	120,000		120,000		120,000	
その他	1,310,710		1,310,710		1,310,710	
事務費：	2,045,000	0	2,045,000	0	2,045,000	本部経費を含む
旅費	20,000		20,000		20,000	
消耗品費	300,000		300,000		300,000	
会議聘い費	20,000		20,000		20,000	
印刷製本費	200,000		200,000		200,000	
通信費	300,000		300,000		300,000	
使用料及び賃借料	0	0	0	0	0	
内 自販機目的外使用料（横浜市への支	0		0		0	
戻 其他	0		0		0	
備品購入費	300,000		300,000		300,000	
図書購入費	10,000		10,000		10,000	
施設賠償責任保険	100,000		100,000		100,000	
職員等研修費	20,000		20,000		20,000	
振込手数料	20,000		20,000		20,000	
リース料	120,000		120,000		120,000	
手数料	10,000		10,000		10,000	
地域協力費	50,000		50,000		50,000	
公租公課	510,000	0	510,000	0	510,000	
事業所税	0		0		0	
内 消費税	500,000		500,000		500,000	
戻 印紙税	10,000		10,000		10,000	
その他	0		0		0	
その他	65,000		65,000		65,000	
事業費：	550,000	0	550,000	0	550,000	本部経費を含む
内 自主事業費（指定管理料充当の自主事業）	550,000		550,000		550,000	
戻 其他	0		0		0	
管理費：	5,270,520	0	5,270,520	0	5,270,520	本部経費を含む
光熱水費	4,000,000		4,000,000		4,000,000	
清掃費	80,000		80,000		80,000	
機械警備費	200,000		200,000		200,000	
設備保全費	610,000	0	610,000	0	610,000	
空調衛生設備保守	500,000		500,000		500,000	
消防設備保守	0		0		0	
内 電気設備保守	0		0		0	
戻 害虫駆除清掃保守	40,000		40,000		40,000	
駐車場設備保全費	0		0		0	
その他保全費	70,000		70,000		70,000	
共益費	0		0		0	
その他	380,520		380,520		380,520	
修繕費：	474,000		474,000		474,000	予算・指定額
太陽光パネル保守点検	0		0		0	
太陽光パネル修繕（追加）			0		0	
その他	0	0	0	0	0	
内 其他	0		0		0	
支出合計	24,344,230	0	24,344,230	0	24,344,230	
差引	240,000	0	240,000	0	240,000	

自主事業費 収入	0	0	0	0	0	
自主事業費 支出	550,000	0	550,000	0	550,000	
自主事業 収支	△ 550,000	0	△ 550,000	0	△ 550,000	

管理許可・目的外使用許可に関わる収入	0	0	0	0	0	目的外使用許可（自販機）による手数料収入
管理許可・目的外使用許可に関わる支出	0	0	0	0	0	目的外使用許可（自販機）による横浜市への支出
管理許可・目的外使用許可に関わる収支	0	0	0	0	0	

※各大項目の内訳については、「その他」欄に集約して記載している場合もあります。

令和8年度 横浜市ひかりが丘地域ケアプラザ
収支予算書及び報告書（一般会計）＜包括等＞

収入の部

(単位：円)

科目	当初予算額 (A)	補正額 (B)	予算現額 (C=A+B)	決算額 (D)	差引 (C-D)	説明
指定管理料【包括】：	28,802,581	0	28,802,581	0	28,802,581	横浜市より
内 受領額	28,802,581		28,802,581		28,802,581	
戻入額					0	
指定管理料【介護予防】	154,000		154,000		154,000	横浜市より
指定管理料【チームオレンジ】	30,000		30,000		30,000	横浜市より
指定管理料【生活支援】	6,374,090	0	6,374,090	0	6,374,090	横浜市より
内 受領額	6,374,090		6,374,090		6,374,090	
戻入額					0	
自主事業収入（指定管理料充当の自主事業）【包括】	0		0		0	
自主事業収入（指定管理料充当の自主事業）【介護予防】	0		0		0	
自主事業収入（指定管理料充当の自主事業）【生活支援】	0		0		0	
自主事業収入（指定管理料充当の自主事業）【チームオレンジ】	0		0		0	
雑入	0	0	0	0	0	
内 印刷代	0		0		0	
自動販売機手数料	0		0		0	
その他	0		0		0	
その他	0		0		0	
収入合計	35,360,671	0	35,360,671	0	35,360,671	

支出の部

科目	当初予算額 (A)	補正額 (B)	予算現額 (C=A+B)	決算額 (D)	差引 (C-D)	説明
人件費：	27,252,071	0	27,252,071	0	27,252,071	本部経費を含む
内 本俸	17,690,000		17,690,000		17,690,000	
社会保険料	2,200,000		2,200,000		2,200,000	
手当計	0		0		0	
健康診断費	15,000		15,000		15,000	
勤労者福祉共済掛金	0		0		0	
退職給付引当金繰入額	200,000		200,000		200,000	
その他	7,147,071		7,147,071		7,147,071	
事務費：	4,326,600	0	4,326,600	0	4,326,600	本部経費を含む
旅費	80,000		80,000		80,000	
消耗品費	200,000		200,000		200,000	
会議随い費	30,000		30,000		30,000	
印刷製本費	310,000		310,000		310,000	
通信費	350,000		350,000		350,000	
使用料及び賃借料	0	0	0	0	0	
内 自販機目的外使用料（横浜市への支出）	0		0		0	
戻 入	0		0		0	
備品購入費	500,000		500,000		500,000	
図書購入費	10,000		10,000		10,000	
施設賠償責任保険	50,000		50,000		50,000	
職員等研修費	100,000		100,000		100,000	
搬入手数料	20,000		20,000		20,000	
リース料	200,000		200,000		200,000	
手数料	100,000		100,000		100,000	
地域協力費	20,000		20,000		20,000	
公租公課	30,000	0	30,000	0	30,000	
事業所税	0		0		0	
内 消費税	10,000		10,000		10,000	
戻 入	10,000		10,000		10,000	
その他	10,000		10,000		10,000	
その他	2,326,600		2,326,600		2,326,600	
事業費：	1,514,000	0	1,514,000	0	1,514,000	本部経費を含む
協力医	630,000		630,000		630,000	予算：指定額
自主事業費（指定管理料充当の自主事業）【包括】	400,000		400,000		400,000	
自主事業費（指定管理料充当の自主事業）【介護予防】	154,000		154,000		154,000	
自主事業費（指定管理料充当の自主事業）【生活支援】	300,000		300,000		300,000	
自主事業費（指定管理料充当の自主事業）【チームオレンジ】	30,000		30,000		30,000	
その他	0		0		0	
管理費：	2,142,000	0	2,142,000	0	2,142,000	本部経費を含む
光熱水費	1,400,000		1,400,000		1,400,000	
清掃費	50,000		50,000		50,000	
機械整備費	50,000		50,000		50,000	
設備保全費	180,000	0	180,000	0	180,000	
空調衛生設備保守	140,000		140,000		140,000	
消防設備保守	0		0		0	
電気設備保守	0		0		0	
害虫駆除清掃保守	10,000		10,000		10,000	
駐車場設備保全費	0		0		0	
その他保全費	30,000		30,000		30,000	
共益費	0		0		0	
その他	462,000		462,000		462,000	
修繕費	126,000		126,000		126,000	予算：指定額
その他	0	0	0	0	0	本部経費を含む
戻 入	0		0		0	
支出合計	35,360,671	0	35,360,671	0	35,360,671	
差引	0	0	0	0	0	

自主事業費 収入	0	0	0	0	0	
自主事業費 支出	884,000	0	884,000	0	884,000	
自主事業 収支	△ 884,000	0	△ 884,000	0	△ 884,000	

管理許可・目的外使用許可に関わる収入	0	0	0	0	0	目的外使用許可（自販機）による手数料収入
管理許可・目的外使用許可に関わる支出	0	0	0	0	0	目的外使用許可（自販機）による横浜市への支出
管理許可・目的外使用許可に関わる収支	0	0	0	0	0	

※各大項目の内訳については、「その他」欄に集約して記載している場合もあります。

令和8年度 横浜市ひかりが丘地域ケアプラザ収支予算書及び報告書＜介護保険事業分＞

施設名：横浜市ひかりが丘地域ケアプラザ

令和8年4月1日～令和9年3月31日

(単位：千円)

	科目	第1号介護予防支援			介護予防支援			居宅介護支援			通所介護			第1号通所介護		
		予算	決算	差引	予算	決算	差引	予算	決算	差引	予算	決算	差引	予算	決算	差引
収入	介護保険収入	3,100		3,100	5,100		5,100	12,000		12,000	98,000		98,000	4,100		4,100
	その他	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	事業・負担金収入	0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
		0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
		0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
		0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
		0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
	その他	0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
	収入合計(A)	3,100	0	3,100	5,100	0	5,100	12,000	0	12,000	98,000	0	98,000	4,100	0	4,100
支出	人件費	1,700		1,700	2,100		2,100	9,000		9,000	77,000		77,000	3,100		3,100
	事務費	0		0	0		0	120		120	12,000		12,000	550		550
	事業費	0		0	0		0	550		550	9,900		9,900	450		450
	管理費	0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
	その他	1,700	0	1,700	2,200	0	2,200	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	利用者負担軽減額	0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
	消費税	0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
	介護予防プラン委託料	1,700		1,700	2,200		2,200	0		0	0		0	0		0
		0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
		0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
		0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
	その他	0		0	0		0	0		0	0		0	0		0
	支出合計(B)	3,400	0	3,400	4,300	0	4,300	9,670	0	9,670	98,900	0	98,900	4,100	0	4,100
収支 (A)－(B)		-300	0	-300	800	0	800	2,330	0	2,330	-900	0	-900	0	0	0

※ 介護予防プランを他事業者へ委託する場合の取扱は、介護報酬を一旦全額収入に計上した後、他事業者へ委託料として支払う分を支出に計上してください。

※ 上記以外の事業を実施している場合は、事業ごとに列を追加して記載してください。

令和8年度 自主事業計画書

■ 事業			■ 事業の性質		■ 主な対象者、従たる対象者		
1：地域活動交流事業	2：地域包括支援センター運営事業		1：優先的に取り組みが求められる事業	2：福祉保健活動に発展させることをねらいとした事業	1：高齢者	2：障害児・者	3：養育者及び乳幼児
3：生活支援体制整備事業	4：共催（１と２）	5：共催（１と３）			4：子ども・青少年	5：地域	6：事業者
6：共催（２と３）	7：共催（１と２と３）				7：その他		

No	事業名	開始年度	事業	事業の性質	事業目的	主な対象者	従たる対象者 (複数選択可)	事業内容・実施時期	合計			
									実施回数	うちオンライン 実施回数	延べ参加人数	うちオンライン 参加人数
1	ひかりが丘 介護者のつどい 銀婚支部 (毎月)	平成22年度	2:地域包括 支援セン ター運営事 業	1:優先的に 取り組み	介護者同士が介護についての抱えている 悩みに気づき、共感し、情報共有すること を通して介護者が孤立することなく、身体 的・精神的ストレスのリフレッシュできる場 づくり。	5:地域		・毎月第1木曜日 ケアプラザにて、現在介護に携わっている家族等 に参加してもらい、介護についての悩み等につ いて話を共有し介護のストレス軽減を図る。	0	0	0	0
2	あったか ひだまり (毎月)	令和8年度	6:共催(2と 3)	1:優先的に 取り組み	地域の認知症サポーターと一緒に、地域 に暮らす認知症の当事者や家族が同じメ ンバーとして、お互いに尊重し助け合いな がら、個人の能力を発揮でき暮らしやすい 地域づくりを行えるよう活動していく場づく り。	1:高齢者		・毎月第2水曜日 地域のボランティアや認知症の当事者が、話し 合いながら、お互いに交流できる場づくりを行 っていく。	0	0	0	0
3	GoGo健康体操 (毎月)	令和5年度	6:共催(2と 3)	1:優先的に 取り組み	介護予防普及強化事業として、講師によ る健康体操指導を年15回開催	1:高齢者	5	・毎月第4木曜日 地域の高齢者を対象に専門講師による体操指 導や講話を通して、参加者の介護予防・認知 症予防を図る。	0	0	0	0
4	GOGO健康体操 口腔ケア講 座(10月)	令和5年度	6:共催(2と 3)	1:優先的に 取り組み	地域の高齢者が口腔ケアの知識を得るこ とにより要支援・要介護状態になることを 予防する。	1:高齢者	5	・10月22日予定 GOGO健康体操に続けて口腔に関する教室を 行うことで。集客が期待できる。また体操と 口腔衛生の両面からアプローチをかけること で相乗効果を狙う。	0	0	0	0
5	GOGO健康体操 栄養講座 (3月)	令和5年度	6:共催(2と 3)	1:優先的に 取り組み	地域の高齢者が栄養バランスのとれた食 事を摂ることにより要支援・要介護状態に なることを予防する。	1:高齢者	5	・3月25日予定 GOGO健康体操に続けて栄養教室をおこなう ことで集客が期待できる。また体操と栄養指 導の両面からアプローチをかけることで相乗 効果を狙う。講師はシャローム横浜養士さん に来てもらい講演していただく。	0	0	0	0
6	URハマトレ体操 (毎月)	平成25年度	6:共催(2と 3)	1:優先的に 取り組み	地域の高齢者が要支援・要介護状態にな ることを予防する。身近な場所で定期的に 体操することで筋力の低下を予防する。また 顔見知りが増えることで、日常的に会話が 増えたりお互いの見守りへと繋がっていく。	1:高齢者	5	・毎月第4月曜日 URの自治会官にてハマトレを実施。月1回 顔を合わせる顔なじみとして振興を深めてもら う。ハマトレを行うことで、歩行姿勢の改善を 図る。	0	0	0	0
7	URハマトレ体力測定 (10月)	令和3年度	6:共催(2と 3)	1:優先的に 取り組み	地域の高齢者が要支援・要介護状態にな ることを予防する。身近な場所で定期的に 体操することで筋力の低下を予防する。また 顔見知りが増えることで、日常的に会話が 増えたりお互いの見守りへと繋がっていく。	1:高齢者	5	・10月26日予定 URハマトレ体操の時間で体力測定を行うこと で集客を期待。旭区福祉保健健康づくり係の 地区担当に総評や講義をしてもらい、専門的知 識からのアプローチを通じて、意識の向上など の相乗効果を狙う。	0	0	0	0
8	URハマトレ体操 スポーツ協会 講師による体操 (1月)	令和5年度	6:共催(2と 3)	1:優先的に 取り組み	スポーツ協会の講師を派遣し歩行姿勢の 助言や転倒予防方法・関節の動かし方等を 説明してもらい要支援・要介護状態にな ることを予防する。	1:高齢者	5	・1月25日予定 スポーツ協会の講師を派遣し歩行姿勢の助言 や転倒予防方法・関節の動かし方等を説明し てもらい要支援・要介護状態になることを予 防する。	0	0	0	0
9	ひだまり (毎月)	平成20年度	4:共催(1と 2)	1:優先的に 取り組み	地域の高齢者を対象にした介護予防サロ ン。健康講話、体操や合唱、脳トレを行 いつつ、季節ごとの簡単な工作やゲストに よるプログラムを通して、外出・社会参加の 場とする。	1:高齢者	5	・毎月2回 第2木曜日と第4水曜日 第2水曜日は太極拳と大正琴による伴奏の 合唱、脳トレを行い、第4水曜日は健康体操 とピアノ伴奏による合唱、脳トレを行う。毎 回、包括保健師による健康講話を行う。年 に数回、朗読劇や紙芝居などのボランティア を招く。	0	0	0	0
10	にこにこ会 (毎月)	平成18年度	1:地域活動 交流事業	1:優先的に 取り組み	精神障害の方の居場所作り	2:障害児・ 者	7	・毎月第4回火曜日 会員同士で年間の計画をたて、食事会や外 出の機会を設けることで社会性向上や日常生 活に寄与する。旭区地域生活支援拠点ほっ とぽっと「共に歩む市民の会」と情報を共有 する。	0	0	0	0
11	中途言語障害サロン ひかりの会 (毎月)	平成18年度	2:地域包括 支援セン ター運営事 業	2:発展させ るねらい	脳血管障害による言語障害の方のための 親睦サロン。	2:障害児・ 者	7	・毎月第4火曜日 月に一度仲間と親睦を深め、多少の言語リ ハビリも行うサロン活動。	0	0	0	0
12	古典を学ぶ会 (毎月)	平成20年度	1:地域活動 交流事業	1:優先的に 取り組み	高齢や障害で他の方と接する機会の少な い方が、日本の古典を読むことを通して、 日常生活を捉えなおす機会を持ち、話し 合う場として提供する。	1:高齢者	5	・毎月第4木曜日 講師のご住職の方による、今年度は引続 き数興抄の講読など。	0	0	0	0
13	囲碁教室 (毎月)	令和1年度	1:地域活動 交流事業	1:優先的に 取り組み	囲碁を通して高齢者・障害者等、地域の 方の居場所作りを目指している。	2:障害児・ 者	1,5	・毎月第1・3木曜日、第2・4水曜日 外出することが苦手な高齢男性や精神障 害の方を中心に年齢や障害のある方を問 わず、囲碁を通して地域の方との交流の場 所とする。ボランティアは福祉囲碁協会。	0	0	0	0
14	歌謡体操 (毎月)	平成25年度	1:地域活動 交流事業	2:発展させ るねらい	健康体操を定期的に行う事で、転倒予防 と交流の場をもつ機会を増やしていく。	5:地域	1	・毎月第1、第3月曜日 カラオケ機械のライブDAMの歌謡体操を 主に利用し、歌いながら体を動かしてい けるようにする。また、ライブDAMだけ に捉われず楽しく続けられるようDVD (四季の歌)も取り入れ、参加者に自ら 選択してメニューを組み立てていく自主 性のきつかけをしていただく。 ・毎月第1・3月曜日	0	0	0	0
15	みんなの庭 (不定期)	平成26年度	5:共催(1と 3)	2:発展させ るねらい	園芸を通した世代間交流。また、ボラン ティアとして参加して頂くことで、生き 甲斐の一助となるような機会の提供。地 域のあいさつ運動の一助となる活動。	5:地域		・不定期(花を植え替えるタイミング) ケアプラザの庭の一部を開放し、季節 を感じられる花と緑を年に2～4回 植え替え・及び維持管理に参加して いただく。子どもから高齢者までの 地域の方全てを対象とする。	0	0	0	0
16	楽しく健康！健康マージャン (毎月)	平成29年度	5:共催(1と 3)	2:発展させ るねらい	地域のボランティア発掘及びケアプラ ザを身近な存在として感じてもらうこと を目的とし、高齢者の居場所として開 催。	1:高齢者	5	・毎月第2、第4金曜日 麻雀を通じて参加者同士の交流を図 りながら、これまでケアプラザに来館 されたことが無い方にとって福祉保 健活動に関わる契機とする会を組 みとして開催。	0	0	0	0
17	シニアボランティアポイント登録 研修会	令和1年度	5:共催(1と 3)	2:発展させ るねらい	ボランティア人材発掘のため、高齢者 に活動の意義を感じてもらい、地域内 での担い手を増やす。	1:高齢者	5	・不定期(希望者が集まったら) よこはまシニアボランティアポイント 登録研修会を開催し、活動先の紹介 を行う。	0	0	0	0

■ 事業			■ 事業の性質		■ 主な対象者、従たる対象者		
1：地域活動交流事業	2：地域包括支援センター運営事業		1：優先的に取り組みが求められる事業	2：福祉保健活動に発展させることをねらいとした事業	1：高齢者	2：障害児・者	3：養育者及び乳幼児
3：生活支援体制整備事業	4：共催（１と２）	5：共催（１と３）			4：子ども・青少年	5：地域	6：事業者
6：共催（２と３）	7：共催（１と２と３）				7：その他		

No	事業名	開始年度	事業	事業の性質	事業目的	主な対象者	従たる対象者 (複数選択可)	事業内容・実施時期	合計			
									実施回数	うちオンライン 実施回数	延べ参加人数	うちオンライン 参加人数
18	ゆるっとウォークキングの会 (毎月)	令和5年度	1:地域活動 交流事業	2:発展させる ねらい	地域の高齢者や閉じこもりがちな男性などの外出のきっかけづくり。近隣の公園やウォークコースを散歩することで、季節の変化を意識しながら、健康維持のための体力向上をねらいとする。	1:高齢者		・春と秋 年数回 準備体後援、近隣の公園等へウォークし、周囲の自然探索をしながら交流を深める。年3回程度の遠出に参加者で企画し、その相談を含めて会の運営をみんなで担えるように進めていく。雨天時は多目的ホールで体操のあと、次回のウォークコース相談や地域の地理や歴史などをプロジェクターを使ってYouTubeで鑑賞する時間とする。	0	0	0	0
19	歌うチャタリング体操 (毎月)	令和5年度	4:共催（１と 2）	2:発展させる ねらい	上白根地区在住の講師による、高齢者向けの歌いながら行う高齢者のための運動『歌うチャタリング体操』を開催することにより、新たな事業として地域に展開できるかをリサーチする。	1:高齢者		・毎月第3木曜日 NPO法人チャタリングライフサポート協会所属の上白根地区在住の講師を招き、自分らしく生き生きいきいき健康長寿"を目指した『歌うチャタリング体操』を地域の高齢者に体験していただく。	0	0	0	0
20	メロディーカフェ (隔月)	令和5年度	1:高齢者	1:優先的に 取り組み	ケアプラザで活動している音楽関係の団体に参加していただくことで活動の場を広げ、カブカブさんとのコラボレーションにより、障害のある方とも、高齢者の方とも、共生するあたたい地域の居場所づくりをおこなう。	1:高齢者	2,3,5	・隔月第1火曜日 上白根地区で活動しているボランティアによる音楽演奏を中心に時宜にかなったミニイベントをカブカブの喫茶を提供し、おしゃべりの場を提供する。	0	0	0	0
21	つながる健康フェスタ (11月)	令和5年度	3:生活支援 体制整備事業	1:優先的に 取り組み	地域内の福祉施設と共同で事業を開催することで連携を深めると同時に、地域住民と施設とのつながりを育む。	6:事業者		・年1回(11月) 企画段階から施設スタッフに参加いただき、地域貢献の行事として体操教室や健康講座等のプログラムを開催する。	0	0	0	0
22	食品衛生 講習会	令和1年度	1:地域活動 交流事業	1:優先的に 取り組み	地域で食事ボランティア活動に従事されている方々を中心に、食事提供における食中毒予防のポイントを理解していただく。	5:地域		・年1回(7月) 日頃から高齢者食事サービス・サロンなどで食事提供のボランティアをされている方の活動において、食事による事故を予防するための食品衛生講習会を実施。	0	0	0	0
23	認知症サポーター養成講座	平成17年度	7:共催（１と 2と3）	1:優先的に 取り組み	認知症への理解を深め、関係機関と連携しながら地域で支える体制を整える。	5:地域		・不定期(希望者が集まったら) 旭区ひまわりの会とも連携しながら講座を開催する。	0	0	0	0
24	貸館団体登録説明会	令和5年度	1:地域活動 交流事業	1:優先的に 取り組み	ケアプラザ貸館利用登録の方法と留意に置いての注意点・留意点を利用団体に理解してもらう。	1:高齢者		・年1回 開催簿未定(WEB貸館システム開始のタイミング) ケアプラザ貸館利用の団体登録の説明、利用についての注意点・留意点の説明、災害時の避難経路の確認及び、ケアプラザが福祉避難所であることの説明	0	0	0	0
25	ボランティア交流会 (3月)	令和4年度	7:共催（１と 2と3）	1:優先的に 取り組み	ボランティアの育成、介護予防普及強化、ボランティア間の交流	5:地域		・3月7日(日曜日) 予定 ケアプラザ他でのボランティア活動の紹介及び報告による交流と包括担当看護師による介護予防講話、ボランティア同士によるグループワークによる地域支援の啓発	0	0	0	0
26	旭ふれあい区民まつり 行政・PRコーナー出展	平成24年度	1:地域活動 交流事業	1:優先的に 取り組み	地域ケアプラザについてブース来場者に知っていただくための機会とする。	5:地域		・10月中旬予定 ・パネル展示 ・地区別計画及びケアプラザ広報紙の配布 ・ミニゲーム企画 ・普及啓発グッズ配布 ・第5期旭区地域	0	0	0	0
27	GOGO健康体操 健康講座 (12月)	令和7年度	6:共催（2と 3）	1:優先的に 取り組み	地域住民からの相談として多い胆石に関する知識を得ることによりセルフケア方法・受診の目安を知り要支援・要介護状態になることを予防する。	1:高齢者		・12月24日 予定 地域住民からの相談として多い胆石に関する知識を得ることによりセルフケア方法・受診の目安を知り要支援・要介護状態になることを予防する。	0	0	0	0
28	URハマトレ 口腔フレイル予防講座 (笑顔サロン高坂先生) (7月)	令和7年度	6:共催（2と 3）	1:優先的に 取り組み	地域住民からの相談として多い口腔ケアに関する知識を得ることにより、セルフケア方法を知ったり、生活習慣の見直しが出来たりし生活の質が向上する。また健康意識も高まり、1次予防の機会となりえる。講師は笑顔サロンの高坂先生に依頼。	1:高齢者		・7月27日 予定 地域住民からの相談が多い口腔ケアに関する知識を得ることにより、セルフケア方法を知ったり、生活習慣の見直しが出来たりし生活の質が向上する。また健康意識も高まり、1次予防の機会となりえる。講師は笑顔サロンの高坂先生に依頼。	0	0	0	0
29	世代間交流	令和7年度	3:生活支援 体制整備事業	1:優先的に 取り組み	地域の高齢者と近隣の保育園児が歌や体操を通して世代間の交流を行い、あいさつをし合える関係づくりへとつなげる。	1:高齢者		・不定期 日程調整中 ひかりが丘保育園の園児を地域サロンや高齢者施設に招待し、歌や手遊びを通して交流を行う。	0	0	0	0
30	支えあい連絡会	平成16年度	5:共催（１と 3）	1:優先的に 取り組み	地域福祉保健計画推進母体となる協議体及びその準備会議(コア会議)を事務局として支援	5:地域		・年数回、不定期 会議運営、開催準備、資料作成	0	0	0	0
31	地域交流イベント(モルック)	令和7年度	3:生活支援 体制整備事業	1:優先的に 取り組み	地域の高齢者、障がい者、子どもがゲームを通して交流する機会をつくることで、日頃からあいさつをし合える関係づくりにつなげる。	5:地域		・年数回(日程調整中) 四季の森小学校キッズクラブ、スポーツ推進委員、青少年指導員との連携に加え、白根学園げんきの利用者も招待し、四季の森小学校の校庭にてモルックのゲームを開催する。	0	0	0	0
32	施設懇談会	令和7年度	3:生活支援 体制整備事業	1:優先的に 取り組み	地域内の福祉施設同士が定期的に情報交換を行うことで連携を強め、地域貢献活動について検討を行う。	6:事業者		・不定期(年数回) 高齢、障害分野の施設スタッフが隔月で懇談する機会を設けることで、地域貢献活動に向けて協力体制をつくる。	0	0	0	0
33	お菓子の部屋 ～手作りおやつを楽しむ会～	令和7年度	1:地域活動 交流事業	2:発展させる ねらい	お菓子を作りながら、地域の方との交流を図る。普段なかなか出会えない方同士が顔見知りになり、安心して暮らせる地域づくりにつながるよう活動を目指す。	5:地域		・隔月第2火曜日 1回8人程度を募集して行う。食材の材料は、メンバーから徴収(約200円～300円)	0	0	0	0
34	GOGO健康体操 口腔ケア講座 (大橋Dr)	令和7年度	6:共催（2と 3）	1:優先的に 取り組み	地域の高齢者が口腔ケアの知識を得ることにより要支援・要介護状態になることを予防する。	1:高齢者		・5月28日 予定 GOGO健康体操に続けて口腔ケア講座をおこなうことで集客が期待できる。また体操と口腔衛生の両面からアプローチをかけることで相乗効果を狙う。	0	0	0	0

■ 事業			■ 事業の性質		■ 主な対象者、従たる対象者		
1：地域活動交流事業	2：地域包括支援センター運営事業		1：優先的に取り組み	2：福祉保健活動に発展させることをねらいとした事業	1：高齢者	2：障害児・者	3：養育者及び乳幼児
3：生活支援体制整備事業	4：共催（１と２）	5：共催（１と３）			4：子ども・青少年	5：地域	6：事業者
6：共催（２と３）	7：共催（１と２と３）				7：その他		

No	事業名	開始年度	事業	事業の性質	事業目的	主な対象者	従たる対象者 (複数選択可)	事業内容・実施時期	合計			
									実施回数	うちオンライン 実施回数	延べ参加人数	うちオンライン 参加人数
35	GOGO健康体操 栄養講座 (キュービー)	令和7年度	6:共催(2と3)	1:優先的に取り組み	地域の高齢者が栄養バランスのとれた食事を摂ることにより要支援・要介護状態になることを予防する。	1:高齢者		・6月25日予定 GOGO健康体操の教室に続けて栄養教室を行う事で集客と体操と栄養面の両方からアプローチすることで相乗効果を狙う。講師はキュービーから派遣してもらう。	0	0	0	0
36	西ひかり防災講座	令和8年度	3:生活支援体制整備事業	1:優先的に取り組み	地域住民(西ひかりが丘団地)に災害時に役立つ実践的な知識を身に着けてもらう。講座の共催を通じて自治会や地域住民と福祉施設専門職とのつながりを育む。	5:地域		・日程調整中 西ひかりが丘団地自治会及びサンライズヒル横浜との共催により、AEDの操作、応急手当、在宅避難の心得を学ぶ講座を開催	0	0	0	0
37	協力医との相談会	令和7年度	2:地域包括支援センター運営事業	1:優先的に取り組み	地域住民の医療的相談に対する専門的な見地から助言をもらい、総合相談や個別支援の質の向上を図る。地域住民が健康・病気について抱えている不安を相談できる機構づくりと健康状態の安定を図る。テーマ別の座談会を開催し、事業者、地域住民、協力医で連携できる関係づくりを行う。	5:地域		・毎月第2・第4水曜日 事業者、地域住民の相談会を奇数・偶数月で分け、住民向け相談会は3名の予約制とし、1名20分ほどの時間設定を設ける。また、テーマ別座談会を開催する。	0	0	0	0
38	精神科医 個別相談会	令和8年度	2:地域包括支援センター運営事業	1:優先的に取り組み	精神科の先生をお招きして、個別相談会を開催	5:地域		・隔月第4水曜日 精神科の先生をお招きして、個別相談会を開催	0	0	0	0
39	生活保護・生活困窮支援制度出張相談会	令和8年度	2:地域包括支援センター運営事業	1:優先的に取り組み	上白根地区では、生活保護や生活困窮者支援の対象になりうる方が多く居住されている。また、高齢化も進んでおり、区役所に相談に行くことが困難な方も多いため、生活保護受給者や困窮支給の対象となる前に相談出来る場として生活支援課より出張相談に来ていただき、家計相談等が出来る機会を作る。	5:地域		・毎月第4月曜日を予定、ただし申込者がいない場合は未開催。 旭区生活支援課より、生活保護・困窮者支援制度の出張相談をひかりが丘地域ケアプラザで開催する。	0	0	0	0
40	ヨコハマあんしん登録説明会	令和8年度	2:地域包括支援センター運営事業	1:優先的に取り組み	独居高齢者や高齢者世帯が多い地域の為、もしもの時に本人の意思を伝えられないというリスクを抱えながら生活している高齢者も少なくなく、しっかりと自分の意思を伝えられる状態の時に、もしもの時の備えが必要だと考え、そのために無料で活用できる制度があることを地域住民に普及啓発活動を行っていく	1:高齢者		・春と秋に開催予定 横浜市の「ヨコハマあんしん登録」事業についての、地域住民への説明・登録支援等を行う機会をケアプラザで作る。	0	0	0	0
41	GOGO健康体操 栄養教室 (ヤクルト)	令和7年度	6:共催(2と3)	1:優先的に取り組み	地域の高齢者が栄養バランスの取れた食事を摂ることにより要支援・要介護状態になることを予防する。	1:高齢者		・9月24日予定 GOGO健康体操に続けて栄養教室をおこなうことで集客が期待できる。また体操と栄養面の両面からアプローチをかけることで相乗効果を狙う。講師はヤクルトより派遣予定	0	0	0	0
42	精神科医による講演会	令和8年度	2:地域包括支援センター運営事業	1:優先的に取り組み	精神科の先生より、認知症を含む地域の問題となっている精神疾患を抱えた人との接し方などを中心に講義していただく。理解を深めて実践に役立ててもらおう。	1:高齢者		・9月30日予定 地域の方だけでなく、地域の福祉施設の職員も講義に参加できるよう声かけていく。	0	0	0	0
43	アロマ講座	令和8年度	3:生活支援体制整備事業	1:優先的に取り組み	高齢者ばかりでなく、若い世代にもアピールできるアロマ講座の開催を通じて、地域内でのケアプラザの認知度を高める。	5:地域		・7月1日予定 講師を招いたアロマ講座。講義だけでなく実践を含む内容。	0	0	0	0
44	つながる！ひかりサークル	令和8年度	6:共催(2と3)	1:優先的に取り組み	地域の高齢者に対して体力測定会やコンサートなどの機会を提供し、健康意識を高めていただき、交流を活発化する。	1:高齢者		・年5回程度(不定期日程調整中) 年3回の体力測定・講座、年2回のコンサート 周辺施設の専門職や区保健師、演奏ボランティアの協力を受けて開催	0	0	0	0