

平成28年度 地域ケアプラザ事業報告書

1 施設名

横浜市今井地域ケアプラザ

2 事業報告

地域の現状と課題について

- ・担当エリアの65歳以上人口が6,000名を超えたため、包括支援センターの職員の加増配置を求められました。センターの相談件数は前年度より270件減少しました。一方で相談ケースは精神疾患・虐待・成年後見など多岐にわたりました。
- ・住民が主体となって活動しているサークルも多くありますが、メンバーの高齢化が進み、運営が続かなくなっている団体が出てきました。
- ・エリア内には坂も多く、外出が困難となっている高齢者が増加し、地域活動への参加減少が危惧されました。

施設の適正な管理について

ア 施設の維持管理について

- ・月に一度は専門業者による清掃と設備点検を行っています。平日・土曜は夜間帯に専従職員が日常清掃を行い、館内美化に努めました。
- ・設備・維持については合築の地区センターと話し合い、コスト削減に取り組みました。
- ・デイサービスでは2年間にわたるデイルーム修繕事業に着手しました。

イ 効率的な運営への取組について

- ・お互いの業務内容の共有のため、地域包括支援センター・生活支援・地域交流・居宅介護支援が所長を含めた横断的な会議を毎月実施しました。
- ・地域包括支援センター・生活支援・地域交流は“指定管理部門”として体制を構築し、連携して事業に取り組みました。
- ・ケアプラザの施設内管理のために、常勤職員全員が役割（清掃担当、整理担当、配架担当など）を持ち、意識的に活動しました。

ウ 苦情受付体制について

- ・施設内の各部屋に設けた意見箱への投書や、職員に直接なげかけられたものなどに対し、職員全体で共有するようにしました。
- ・第三者評価機関など苦情を解決する体制を取り、報告が必要な場合は区役所を始め、関係機関への迅速な連絡に努めました。
- ・契約時に「相談苦情対応窓口」の説明を行いました。

エ 緊急時（防犯・防災・その他）の体制及び対応について

- ・自然災害に加え、施設ご利用者の体調急変、車両事故等を緊急時として想定し、対応マニュアルを確認しました。
- ・職員対応が迅速に行えるよう、連絡手段の多様化を図りました。具体的には、部署別にリーダーをつくり、災害対策室（室長は所長が兼務）の主要メンバーとしているほか、室長がその任にあたれない場合は代行する体制を構築しました。「連絡網」では職員の自宅、携帯、携帯メールに加え、WEBメールを整備しました。
- ・災害時特別避難場所として役割が担えるよう、備蓄の確保を徹底しました。
- ・AEDの新規入れ替えを行いました。

オ 事故防止への取組について

- ・施設全車両にドライブレコーダーを設置しました。事故時の原因解明だけでなく、職員の事故防止への意識づけにもつながりました。
- ・交通事故予防を目的に、ドライバーへの安全運転研修を法人内で行いました。
- ・交通事故・デイサービスではこまめにヒヤリハットを共有し、事故防止に努めました。

カ 個人情報保護の体制及び取組について

- ・「個人情報取扱いマニュアル」に沿い業務上の過失を防ぎました。法人のケアプラザ職員が集まり、個人情報に関わる研修を実施し、留意点を確認した上で誓約書に署名しました。
- ・地域ケア会議参加者には、会議前に個人情報保護に関する署名をもらいました。
- ・個人情報を含む書類の発送や手渡しにあたっては、複数の職員が関わってチェックを行いました。また、受け渡しの際に確認ができるように、可能な限り手渡しを優先しました。
- ・介護保険情報を入力しているパソコンは、インターネットに接続しないことで、個人情報漏えいを予防しました。

キ 情報公開への取組について

- ・情報の公開請求があることを前提に、日頃から資料の整理を進めました。必要な情報は広報誌や館内掲示で発信しました。
- ・前年度報告・当年度計画を閲覧書類としてケアプラザ館内に設置しました。

ク 人権啓発への取組について

- ・近隣小学校にて、車椅子体験や認知症サポーター養成講座に取り組みました。

ケ 環境等への配慮及び取組について

- ・施設でゴミ処理を担当する職員（ごみゼロ推進委員）を兼務させ、ごみ出しのルールを徹底してきました。
- ・電灯のLED化に向けて、区役所との話し合いを進めました。
- ・プリンターインクカートリッジ再利用ボックスを設置してリサイクルに取り組みました。

介護保険事業

● 介護予防支援事業

《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 1名（非常勤）

《目標》

迅速で適切な対応を心がけ、ご利用者様主体のサービス提供ができるよう、職員間の情報共有や、他事業所サービスの情報収集を行いました。
ご利用者様が安心して自立した日常生活を送れることを目的に、必要な介護予防サービスやインフォーマルサービスなどを検討・活用・提案しながら支援を行いました。

《実費負担（徴収する場合は項目ごとに記載）》

●なし

《その他（特徴的な取組、PR等）》

地域包括ケアシステム構築に向け、地域ケア会議の定期的な開催、医療連携、介護予防に取り組みました。新たに、民生委員や歯科医師、薬剤師などとのつながりが生まれました。

運営協議会を地域活動者からの課題抽出の機会として活用しています。

部署内だけに留まらず、地域活動交流・生活支援と連携し、インフォーマルサービスの把握や情報収集に努めました。

《利用者実績》

※ 単位は省略してください。

【単位：人】

4月	5月	6月	7月	8月	9月
210	215	217	218	215	212
10月	11月	12月	1月	2月	3月
213	212	211	211	210	208

● 居宅介護支援事業

《職員体制》

常勤 2 名

非常勤 1 名

(常勤換算 2.13 名)

《目標に対する取組状況》

ご利用者様の状態からみて、不要なサービスが提供されていないかという視点を持ちながら、ケアプランを立案することができました。

《実費負担（徴収する場合は項目ごとに記載）》

●なし

《その他（特徴的な取組、PR等）》

ケアプラザの特性を活かして、地域包括支援センターなどの各部署と連携をして業務にあたりました。

《利用者実績》

※ 単位は省略してください。

【単位：人】

4月	5月	6月	7月	8月	9月
79	76	65	66	66	67
10月	11月	12月	1月	2月	3月
66	68	72	69	71	69

● 通所介護事業

《提供するサービス内容》

- 介護サービス（移動や排泄の介助、見守り）・送迎・給食
- 入浴及び健康状態の確認、生活指導
- 個別機能訓練プログラム・レクリエーション
- 口腔機能向上プログラム

《実費負担（徴収する項目ごとに記載）》

	●1割負担分	●2割負担分
（要介護1）	704円	1,407円
（要介護2）	831円	1,662円
（要介護3）	963円	1,926円
（要介護4）	1,095円	2,189円
（要介護5）	1,227円	2,453円
●入浴加算	54円（1日につき）	108円（1日につき）
●サービス提供加算Ⅱ	7円	13円
●処遇改善加算Ⅰ 所定単位数の40/1000		所定単位数の40/1000
●食費負担	750円	750円
●個別機能訓練加算Ⅱ	60円（1日につき）	120円（1日につき）
●口腔機能向上加算	161円（月2回まで）	322円（月2回まで）

《事業実施日数》 週7日

《提供時間》 9:30~16:35

《職員体制》

管理者 1名（常勤兼務）
 生活相談員 4名（介護福祉士等、常勤兼務）
 看護職員 5名（非常勤兼務）
 介護職員 介護福祉士等（常勤兼務5名・非常勤専従9名）
 機能訓練指導員（看護師5名 非常勤兼務）
 調理員 非常勤4名
 運転手 非常勤8名

《目標》

ご利用者様個々の状況、ニーズをケアプラン等に反映させ、目標が達成できるよう機能訓練を実施しました。また、交流の場、レクリエーションへの参加、趣味活動への参加、ご自身でできることはしていただけるように働きかけを行いました。

《その他（特徴的な取組、PR等）》

- 散髪サービス
- 自己決定によるレクリエーション活動の充実（手芸、編み物、囲碁、将棋、工作）
- ボランティアによる活動の充実（麻雀、傾聴、そろばん、習字）
- 安全で美味しい食事の提供
- ふれあい週間（ボランティアによる楽器演奏等）
- 季節感をイメージしたイベント（夏祭り、敬老祭、クリスマス、お正月等）

- 酸素療法など医療依存度の高い方の受入
- ホットパックなど、医療機器の積極的な活用
- 近隣幼稚園、小学生、中学生との交流

《利用者実績（延べ人数）》

※ 単位は省略してください。

【単位：人】

4月	5月	6月	7月	8月	9月
672	682	701	746	758	730
10月	11月	12月	1月	2月	3月
737	705	685	666	675	779

● 介護予防通所介護事業

《提供するサービス内容》

- 介護サービス（移動や排泄の見守り、介助）・送迎・給食
- 入浴及び健康状態の確認、生活指導
- 運動器機能向上プログラム（利用者の選択）
- 口腔機能向上プログラム（利用者の選択）
- アクティビティ

《実費負担（徴収する項目ごとに記載）》

	●1 割負担分	●2 割負担分
（要支援 1）	1,766 円	3,531 円
（要支援 2）	3,621 円	7,241 円
●サービス提供加算Ⅱ	7 円	13 円
（要支援 1）	26 円	52 円
（要支援 2）	52 円	103 円
●処遇改善加算Ⅰ 所定単位数の 40/1000	所定単位数の 40/1000	所定単位数の 40/1000
●食費負担	750 円	750 円
●運動器機能向上加算	242 円（1 月につき）	483 円（1 月につき）
●口腔機能向上加算	161 円	322 円

《事業実施日数》 週 7 日

《提供時間》 9：30～16：35

《職員体制》

管理者 1 名（常勤兼務）
 生活相談員 4 名（介護福祉士等、常勤兼務）
 看護職員 5 名（非常勤兼務）
 介護職員 介護福祉士等（常勤兼務 5 名 ・非常勤専従 9 名）
 機能訓練指導員（看護師 5 名 非常勤兼務）
 調理員 非常勤 4 名
 運転手 非常勤 8 名

《目標》

自立支援に向けた個々の目標が達成できるよう、運動器機能向上トレーニング、口腔機能向上サービスを実施しました。
 積極的に身体を動かすことのできる活動、趣味活動、生きがい作りの支援として、アクティビティの提供、役割をもつての活動、交流の場等を支援しました。

《その他（特徴的な取組、PR等）》

- 散髪サービス
- 自己決定によるレクリエーション活動の充実（手芸、編み物、囲碁、将棋、工作）
- ボランティアによる活動の充実（麻雀、傾聴、そろばん、習字）
- 安全で美味しい食事の提供
- ふれあい週間（ボランティアによる楽器演奏等）
- 季節感をイメージしたイベント（夏祭り、敬老祭、クリスマス、お正月等）
- 酸素療法など医療依存度の高い方の受入

- ホットパックなど、医療機器の積極的な活用
- 近隣幼稚園、小学生、中学生との交流
- マシン4台を使用する運動器向上プログラムの提供
- 口腔ケア、軽体操、脳活プログラム、歩行訓練など、個々のニーズに合わせたプログラムの提供

《利用者実績（契約者数）》

※ 単位は省略してください。

【単位：人】

4月	5月	6月	7月	8月	9月
104	109	113	107	115	112
10月	11月	12月	1月	2月	3月
102	117	115	96	82	105

地域ケアプラザ

1 総合相談（高齢者・こども・障害分野への対応）

- ・「地区センター・ケアプラザまつり」「第2回地域、カレーで集う」など、来場者が多いイベントではケアプラザのチラシを配布し子育て世代、中年世代へ、ケアプラザが地域の福祉の相談窓口であることの発信に努めました。
- ・西部地区社会福祉協議会にて「親の介護を考える」をテーマに、若い世代（40～60代のダブルケア世代）への映画上映を提案・実行しました。上映後、介護サービス利用までの流れ等を説明、最初の相談場所は地域ケアプラザ（地域包括支援センター）であることを周知しました。
- ・「夜のメロディ」「知っておきたい葬儀の知識（権利擁護講座）」など、これまでと趣向を変えた内容の講座を開催し、ケアプラザに来たことがない方々の利用につなげました。

2 地域活動交流部門・地域包括支援センターの連携(生活支援体制整備事業も含む)

- ・所長を交え、毎月の定例会議を開催しています。今年度からは居宅支援事業所も参加し、会の中で地域課題の共有や事業立案などを行いました。地域福祉保健計画は、同会議で進行状況を共有し、地域の実情把握に努めています。
- ・「認知症みかんカフェ」では、3部署がボランティアの参加、介護予防、専門職との連携等、協力して開催しました。

3 職員体制・育成

- ・精神科医を招き、事例から疾患（統合失調症、パーソナリティ障害、発達障害など）についての講座を開催しました。地域住民とともに、包括職員も参加し、対応が増えている精神疾患について学びました。
- ・研修で学んだ内容は事業所内で資料の閲覧や口答で伝達して共有しています。

4 地域福祉のネットワーク構築

- ・運営協議会では、参加メンバーから「担い手づくり」が課題としてあがり、議論しました。地域での既存の取り組みや、生活支援が集めた地域アンケートを元に、課題解決に向け話し合いを行いました。
- ・秋の運営協議会では、新桜ヶ丘地区の「生き生き塾（計8種類の趣味活動）」を参考にして、担い手の発掘と育成について話し合いを行いました。
- ・地域の人たちの状況を把握するために自治会や、民児協に参加、地域の活動グループにも出向きました。その中で、「地域につながりを持ちたい」と希望する独居の方を活動グループ・自治会に紹介し、入会につなげました。
- ・エリア別虐待防止連絡会に参加しネットワークの充実を図りました。
- ・今井地域ケアプラザが呼びかけて障がい児余暇支援事業「親子でドラムを叩こう」を今井地区センターで開催しました。

5 区行政との協働

- ・ケアプラザが持っている地域情報を支援チームに伝達し、共有していきました。
- ・権太坂境木地区社協では、近い将来、地域の身近な仕事を行うボランティア団体を考えています。11/2の区社協「支えあいの仕組みづくり勉強会」には地域の方々と参加、振り返りを行って、今後、支援チームと実現に向けて取り組むこととなりました。
- ・西部地区社協の定例会に、今年度より定期的に参加しました。「第6回福祉のつどい」「豆まき」の企画・実施を一緒に行い、地区社協の支援チームとしてサポートしました。

地域活動交流部門

1 福祉保健活動等に関する情報収集及び情報提供

- ・アマーバブログを2月より開始し、自主事業の予定や登録団体の募集記事を記載し、若年層を中心に地域への周知につなげることができました。
- ・藤塚小学校と今井小学校を訪問し、事業ポスター（夏休みの自由研究等）の掲示を依頼、計18名が参加してくれました。
- ・橘中学校、二俣川看護高校、横浜清風高校、隼人高校へ訪問し、「夏休みちょっとだけボランティア」の宣伝・ポスターの掲示を依頼、計9名のジュニアボランティアが参加してくれました。
- ・要望に応じてケアプラザ登録団体の個別紹介とメンバー募集のチラシを作成、ケアプラザの入り口に配架して、メンバー増員の後方支援を行いました。
- ・「夜のメロディ」や「おいしい珈琲講座」等の新規事業を中心にアンケートを実施、地域の男性の担い手づくりに向けた情報収集を行いました。

2 福祉保健活動団体等が活動する場の提供

- ・夜間帯の部屋利用促進策として、男性限定の新規自主事業「夜のメロディ」を2回実施しました。計35名の参加があり、夜の貸館と男性の利用促進が図れました。
- ・今井地域ケアプラザの登録団体を紹介する冊子を完成させます（3月予定）。
- ・デイサービスのイベント（ふれあい週間）で、ケアプラザ登録団体（計8団体）に日頃の活動（音楽、マジック、舞踊等）を発表して頂きました（計13回発表）。
- ・平成29年4月からの横浜市地域ケアプラザ施設利用マニュアルの変更に伴うルール改正について、12月に貸館説明会を実施しました。（計2回）
変更箇所等について登録団体へ周知しました（計43名の参加）

3 自主企画事業

- ・新規自主事業として「将棋教室」を月2回（計8回）実施しました。平均12名の小学生が、地域の男性ボランティア4名に将棋と挨拶の指導を受けました。放課後の子供達の居場所づくりにもつながりました。
- ・「小学校の漢字・計算をマスターしよう」では、前年度の内容を拡充して、漢字と計算練習を行いました。1回あたり2名の小学生が参加しました（計9回実施）。次年度も、放課後の子供の居場所となることを目指し、漢字・計算にこだわらず、遊びの要素も取り入れます。そして、地域のボランティアを募り、多世代間交流を図ります。
- ・子供向け自主事業として「ほどがやおもちゃ再生館」を実施しました。12月まで7回実施し、計37名（全82名中）の子どもが来所しました。
- ・男性限定の自主事業（「うたごえサロン夜のメロディ」「うたごえサロン夜のメロディⅡ」）を行いました。計35名の参加があり、地域の担い手づくりのきっかけとなりましたので、次年度も事業を継続していく予定です。

4 ボランティアの育成及びコーディネート

- ・「第2回地域、カレーで集う」というカレーのイベントで、新規自主事業「カレーパンを作ろう」を立案、計10名が参加してパンづくりと販売に携わって頂きました。
- ・そこそこ手伝い隊による「我が家の地震対策勉強会」を権太坂コミュニティハウスで実施するようコーディネートしました。
- ・今井ケアプラザの登録団体の今井マジッククラブを権太坂境木地区のミニデイ（デイケアすみれ）へ派遣しました。
- ・「ほどがやおもちゃ再生館」では、おもちゃドクターに地域の男性（1名）が研修を経て、デビューしました。

地域包括支援センター

1 総合相談・支援

総合相談

- ・地域別、相談内容別に新規相談件数の集計を行いました。相談内容としては「認知症」次いで「がん」「骨折と関節痛」が多くありました。
- ・寄せられる相談や、専門職の声から特定の地域を選択し、サロンの立ち上げを働きかけました。先行地域で年度内に事業開催を目指し、次年度の足掛かりにします。
- ・相談内容の集計や、生活支援のアンケート結果を民児協やミニサロン等で地域住民へフィードバックしています。

地域包括支援ネットワークの構築

- ・3カ月に1回開催している地域の医療・介護を考える会には、歯科医師、新規訪問介護事業所の参加がありました。引き続き薬剤師、民生委員の参加を働きかけます。
- ・障害を抱えた家族をもつご利用者宅へ、生活支援センター職員と訪問しました。同センターとは共催で精神疾患に関する講座を開催し、増加している精神相談について学ぶ機会をつくりました。
- ・在宅医療相談室と合同で地域住民との医療講座を開催しました。
- ・前年度に引き続き、近隣病院と区内包括で認知症講座を開催し、病院とケアプラザの連携、地域への普及を強めました。

実態把握

- ・毎月の新規相談を地域、疾患別に分析しました。寄せられる疾患の最多は認知症が30件、次いでがん27件、骨折・関節痛が26件となりました（上半期計測）。
- ・3カ月に一度、個別の地域ケア会議を開催し、個別事例を重ねました。年度内の包括域ケア会議へつなげます。
- ・運営協議会の場を活用して、地域活動者から課題を聞き、秋の運営協議会で検討しました。今年度は「担い手づくり」をテーマに地域の方々と議論しました。

2 権利擁護

権利擁護

- ・成年後見制度が必要な事案をケアマネジャーから相談され、司法書士などの専門機関につなぎました（H28年度現在申し立て3件）。
- ・地区センター、コミュニティハウスと共催して、権利擁護講座（消費者被害、エンディングノート等）を開催しました。毎回成年後見についても紹介しました（12月現在73名）。
- ・精神疾患を学ぶ講座を生活支援センターと共催で開催し、地域住民が学ぶ機会を設けました。

高齢者虐待

- ・病院、民生委員、地域住民からの通報に迅速に対応し、他機関と連携を図って、早期発見に努めました。（①母と息子の二人暮らし、未受診ケース ②息子の暴力からの緊急対応ケース ③夫からの暴力、安否確認など）
- ・多職種連携会議や、市民病院での虐待防止についての研修会に出席して、現在の高齢者虐待について理解を深めました。
- ・民生委員の会合に参加し、相談のしやすい関係づくりを進めています。

認知症

- ・認知症カフェを毎月（8月のみ休み）開催し、当事者と介護者の交流を進めました。カフェの参加から、デイサービス利用につながるケースもありました。
- ・同カフェでは、キャラバンメイトや地域の作業療法士などを講師に迎え、地域からの関わりを広げています。
- ・地域交流と協力して、ケアプラザ全利用団体へ「認知症サポーター受講のすすめ」を配布。2サークルから申し込みがあり実施しました。また近隣小学校の授業として開催することもできました（12月現在新規サポーター数130人）。

3 介護予防マネジメント

介護予防ケアマネジメント力

- ・7月に民生委員・ケアマネ連絡会の中で、配食サービス事業所を呼び、利用者の状態に合わせた食の形態などの情報提供を行ないました。
- ・地域の医療・介護を考える会に、歯科衛生士の参加がありました。グループ討議では、高齢者の口腔ケアへの視点なども含めて、話をしてもらいました。

4 包括的・継続的ケアマネジメント支援

地域住民、関係機関等との連携推進支援

- ・7月の民生委員・ケアマネ連絡会では「地域の高齢者の食事問題について考える」をテーマにしました。地域の食事サービス数社から多くの試食弁当を提供して頂き、民生委員・ケアマネと試食を共にしながら、高齢者の身体状況に応じた食事や、栄養確保について情報を提供できました。
- ・来年3月の民生委員・ケアマネ連絡会では、「地域の高齢者の住まいの問題を考える」をテーマとして事業を企画していきます。
- ・生活支援コーディネーターと主任ケアマネージャーが、今井エリアの地域資源マップ「今井ひまわりマップ」を作成し、地域住民やケアマネージャー等に配布を予定しています。

医療・介護の連携推進支援

- ・「地域の医療・介護を考える会」のテーマは、5月が「専門的な立場から、利用者を支援するうえで必要な情報は何か」、8月が「じっくり話そう多職種ディスカッション」とし、グループワークを中心に実施しました。自分とは違う専門職の意見、視点の違いを知る機会として、多職種連携支援を進める上で重要な気づきの場となりました。12月には「看取り」をテーマに、看取りに関する基礎知識とエリアの在宅医、訪問看護師による事例を取り上げました。家で最期を迎える利用者の多職種連携のあり方を学びました。
- ・11月の多職種連携会議の前に開催案内を持参し、医療機関・居宅事業所を訪問しました。医療・介護の専門職がさらに連携を深められるよう、参加者の拡充を図りました。

ケアマネジャー支援

- ・地域のケアマネからの相談、依頼により精神疾患・サービス拒否の利用者や支援困難者、インフォーマルサービスの導入時等に適時同行訪問を行いました。
- ・11月の多職種連携会議の前に参加案内を持って各事業所を訪問しました。1人CMの事業所に関しては、研修参加の機会が少なく、支援が不十分となっており、継続的に働きかけを行っていきます。
- ・4月は居宅の主任ケアマネ向けで「ファシリテーション研修」を行いました。また、連絡会では介護予防・総合事業について学びました。
- ・5月は「ケアプラン研修」でプラン作成のルールを、基本に返って学ぶ事ができました。
- ・6月は「認知症研修」で認知症治療の最新情報や症状の対応方法など幅広く学ぶ事ができました。
- ・8月は横浜市の総合事業チェックリストの実施に関して、研修を行いました。
- ・9月は「自殺についての知識と対応（基礎編）」で、自殺未遂者の支援にも多職種連携の視点が重要である事を学びました。
- ・今年度も新任ケアマネ研修を数日間行いました。今後は、座学の研修内容を新任ケアマネの知りたい内容に沿うように改善していきます。
- ・ほどがやケアマネットでは、5月に「精神障害者とその家族について」と8月に区との共催で「横浜市訪問介護型生活援助」の研修を実施。11月に「マナー研修」を後方支援として行いました。

多職種協働による地域包括支援ネットワーク

- ・今年度の地域ケア会議は、個別の地域ケア会議を3回実施し、さらに今年度末に包括域の地域ケア会議を予定しています。参加者の選定は医療・介護の専門職や民生委員、各行政担当等偏りなく行いました。6月に「独居のごみ屋敷」、9月に「精神疾患の息子と高齢夫婦」、12月に「独居・支援者なしの精神的な不安のある高齢者」のケースを取り上げました。今後は、リハビリ職による生活支援の視点に着目し、支援者が気づきを得られるように、リハビリ職の参加を依頼します。

介護予防事業

介護予防事業

- ・介護予防グループや地域活動グループのリーダー・ボランティアのスキルアップ研修として、地域リハビリ活動支援事業を活用し、理学療法士や作業療法士による研修会を5・6月に行いました。テーマは「関節痛の理解とアプローチ」「参加者の意欲向上のためのプログラム」についてです。11月には「アイスブレイク集に基づく研修」を行い3回合計74名の参加がありました。
- ・10月の眼科講座はケアプラザと権太坂の2カ所で行い、計92名の参加がありました。
- ・ケアプラザ事業サポーターと一緒に権太カフェなどに出向き、運動など行いました。また、「みかんカフェ」「元気脳づくり」にも参加、活動してもらいました。
- ・生活支援コーディネーターと共に、地域活動グループに出向き健康活動に関するアンケートを実施し、地域のニーズの把握に役立てています。
- 1月には共同事業コグニサイズを開催し、新しい担い手の発掘を行っていきます。
- ・介護予防講座は4・5月にケアプラザから遠距離の権太坂コミュニティハウスで実施。H29年1月より法泉自治会館でも行う予定です。
- ・きらりシニア塾は3カ所が認定されました。今後も立ち上げ活動を進めていきます。

生活支援体制整備事業

- ・各エリアの地域活動に参加し、情報を集め、地域活動・サービスリストを作成しました。
- ・エリア別にアンケートを実施し 259 件を集計しました。ニーズの把握と住民への結果報告をしました。
- ・今井エリアの役立つ情報として「今井ひまわりマップ」を作成しました。
- ・エリア毎の高齢化率を見やすくグラフ化した表を作成し住民に周知しました。
- ・法泉ハイツ「集いの場」を作るため協議体を開催しました。うたごえサロン「メロディ」と茶話会の開催につながりました。
- ・保土ヶ谷区の生活支援コーディネーター周知のチラシを合同で作成しました。
- ・所長、包括、地域交流、居宅との毎月の会議で情報を共有しました。
- ・仏向地域ケアプラザと共催で「保土ヶ谷公園巡り」「仏向町の畑めぐりとみかん狩り」を開催しました。地域交流と連携し、同時にボランティアを募りました。
- ・男性の地域参加を促す「おいしい珈琲講座」を開催しました。
- ・包括支援センター（保健師）と介護予防の「グループリーダー研修会」「コグニサイズ講習会」を開催しました。
- ・権太坂境木地区にて支え合いマップ作りに取り組みました。

平成28年度 地域ケアプラザ収支報告書

施設名：今井地域ケアプラザ

平成28年4月1日～平成29年3月31日
(単位：千円)

	科目	地域活動交流	地域包括支援センター			居宅介護支援	通所介護	予防通所介護 第1号通所介護	生活支援体制 整備事業
			包括的支援	介護予防事業	介護予防支援				
収入	指定管理料等収入	16842	23040	151	0	0	0	0	5789
	介護保険収入					11758	98818	1519	
	その他				12543	81	1557		
	介護予防ケアマネジメント費				12543				
	利用者等外給食費収益					79	1378		
	国庫補助金当特別積立金取崩					2	18		
	受入研修費収益						22		
	雑収益						139		
収入合計(A)	16842	23040	151	12543	11839	100375	1519	5789	
支出	人件費	9647	20383			9473	56778		3498
	事務費	1262	965			1520	5776		
	事業費	343	578	151		260	5550		49
	管理費	6750	1089			1527	6109		
	その他	772			8163	104	1664		
	消費税	772							
	利用者等外給食費					85	1494		
	減価償却費					19	170		
介護予防委託費				8163					
支出合計(B)	18774	23015	151	8163	12884	75877		3547	
収支 (A)－(B)	-1932	25	0	4380	-1045	24498	1519	2242	

※ 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(認知症対応型通所介護等の事業)を実施している場合は、事業ごとに列を増やして同じように記載をしてください。

※ 指定管理料提案額をベースに作成してください。

平成28年度 自主事業収支報告書

事業名	①主な対象者	自 主 事 業 決 算 額					
	②延べ参加人数	総経費	収入		支出		
	③一人当たり参加費		指定管理料	参加費	講師謝金	材料費	その他
リビングひよこ組	乳幼児	6,552	0	0	0	6,552	0
	239人						
	0円						
リビングひよこ組「親子で遊ぼうリトミック」	乳幼児	46,770	0	32400 子供無料	46,770	0	0
	224人						
	300円						
リビングひよこ組「ベビーマッサージ」	乳幼児	17,591	0	3800 子供無料	15,591	2,000	0
	41人						
	200円						
かるがもキッズさんと広いお部屋で遊ぼう	乳幼児	0	0	0	0	0	0
	136人						
	0円						
今井のおやこ教室	発達に不安のある乳幼	133,644	0	0	133,644	0	0
	217人						
	0円						
レコードカフェ	地域	48,783	0	43,200	0	48,783	0
	356人						
	200円						
うたごえサロン「メロディ」	地域	172,891	0	168,600	106,914	65,977	0
	857人						
	200円						
水彩スケッチクラブ	地域	51,604	0	37,200	40,092	11,512	0
	208人						
	200円						
語りべと歩くまち「保土ヶ谷公園施設巡り」	地域	980	0	0	0	0	980
	28人						
	0円						
第2回 地域、カレーで集う	地域	47,150	0	33,600	5,568	41,582	0
	208人						
	食品販売の売上						
カレーパンを作ろう	地域	8,368	0	0	5,568	2,800	0
	30人						
	0円						
日本茶を楽しもう	地域	17,199	0	0	16,705	494	0
	11人						
	0円						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業収支報告書

事業名	①主な対象者	自主事業決算額					
	②延べ参加人数	総経費	収入		支出		
	③一人当たり参加費		指定管理料	参加費	講師謝金	材料費	その他
社交ダンスLet'sダンス	地域	3340	0	0	3340	0	0
	63人						
春のノルディックウォーキング	地域	15,864	0	0	15432	0	432
	8人						
	0円						
初夏のノルディックウォーキング	地域	16,832	0	0	15,000	0	1,832
	37人						
	0円						
介護予防グループリーダー・ボランティア研修会	地域	0	0	0	0	0	0
	39人						
	0円						
クーリングオフ制度と詐欺被害対策	高齢者	0	0	0	0	0	0
	4人						
	0円						
認知症&予防「みかんカフェ」	高齢者	15,739	0	0	5,568	10,171	0
	74人						
	0円						
介護予防教室	高齢者	60,623	0	0	57,912	2,711	0
	99人						
	0円						
出張介護予防	高齢者	0	0	0	0	0	0
	479人						
	0円						
認知症サポーター養成講座	地域	0	0	0	0	0	0
	125人						
	0円						
介護保険制度説明会	地域	0	0	0	0	0	0
	18人						
	0円						
元気脳づくり	高齢者	2,760	0	0	0	2,760	0
	143人						
	0円						
親子で公園遊び	乳幼児	0	0	0	0	0	0
	129人						
	0円						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業収支報告書

事業名	①主な対象者	自主事業決算額					
	②延べ参加人数	総経費	収入		支出		
	③一人当たり参加費		指定管理料	参加費	講師謝金	材料費	その他
おしえて 幼稚園のこと	乳幼児	0	0	0	0	0	0
	44人						
	0円						
ほどがやおもちゃ再生館	子ども	0	0	0	0	0	0
	141人						
	0円						
藤塚小学校(4年2組)&今井地域CPの交流会	子ども	0	0	0	0	0	0
	187人						
	0円						
ふれあい週間	その他	12,514	0	0	0	12,514	0
	739人						
	0円						
やさいスタンプでTシャツづくり	乳幼児	0	0	0	0	0	0
	22人						
	0円						
権利擁護講座「エンディングノート講座」	高齢者	0	0	0	0	0	0
	13人						
	0円						
権利擁護講座「人生を豊かに生き抜く」	高齢者	0	0	0	0	0	0
	7人						
	0円						
権利擁護講座「賢い個人投資家としての資産活用術」	高齢者	0	0	0	0	0	0
	6人						
	0円						
ほっとフレンズ2016夏ボランティア研修・説明会・夏祭り	障害者	0	0	0	0	0	0
	60人						
	0円						
小学校の漢字・計算をマスターしよう	子ども	0	0	0	0	0	0
	49人						
	0円						
ソーラーランタン作り	子ども	14,368	0	8,000	5,568	8,800	0
	16人						
	800円						
木製の小物(文房具)入れ作り	子ども	6,870	0	4,400	0	6,870	0
	21人						
	400円						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業収支報告書

事業名	①主な対象者	自 主 事 業 決 算 額					
	②延べ参加人数	総経費	収入		支出		
	③一人当たり参加費		指定管理料	参加費	講師謝金	材料費	その他
地区センター・ケアプラザ合 同今井こども夏祭り	その他	0		0	0	0	0
	936人						
	0円						
はまなすさんの「おはなし会」	乳幼児	0		0	0	0	0
	15人						
	0円						
リビングひよこ組「人形劇」	子ども	11,137		0	0	11,137	0
	15人						
	0円						
HUG(避難所運営ゲーム)体 験会他	地域	0		0	0	0	0
	90人						
	0円						
男の夜遊び企画うたごえサ ロン「夜のメロディ」	地域	21,387		0	6,600	17,818	3,569
	35人						
	200円						
将棋教室	地域	0		0	0	0	0
	235人						
	0円						
介護予防グループボランティ ア・リーダースキルアップ研 修会	地域	8,000		0	0	8,000	0
	40人						
	0円						
男の夜遊び番外編 おいし い珈琲講座	地域	17,422		0	3,200	16,705	717
	8人						
	400円						
ほどがや区民まつり地域活 動交流ブース	地域	0		0	0	0	0
	450人						
	0円						
語りべと歩くまち「仏向の畑 めぐりとみかん狩り」	地域	1,120		0	0	0	1,120
	35人						
	0円						
リビングひよこ組「ハロウィン パーティ」	乳幼児	3,197		0	1,600	0	3,197
	33人						
	100円						
リビングひよこ組「クリスマス 会」	乳幼児	2,700		0	0	2,700	0
	39人						
	0円						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業収支報告書

事業名	①主な対象者	自 主 事 業 決 算 額					
	②延べ参加人数	総経費	収入		支出		
	③一人当たり参加費		指定管理料	参加費	講師謝金	材料費	その他
地区センター・ケアプラザ合同秋祭り	地域	2,829	0	0	0	2,829	0
	4,366人						
	0円						
認知症サポーター養成講座 と高齢者疑似体験講座	子ども	0	0	0	0	0	0
	66人						
	0円						
目のけんこう講座	地域	0	0	0	0	0	0
	44人						
	0円						
地域活動グループリーダー 研修会	高齢者	16,705	0	0	16,705	0	0
	38人						
	0円						
医療講座“高齢者が気をつけたい目の病気”	地域	0	0	0	0	0	0
	54人						
	0円						
健康チェックと健康相談～膝 痛腰痛について～	地域	5,000	0	0	5,000	0	0
	15人						
	0円						
権利擁護講座「人生の事前 整理に向けて 遺言を作ろう！」	高齢者	0	0	0	0	0	0
	8人						
	0円						
権利擁護講座「知っておきたい 葬儀の知識」	高齢者	0	0	0	0	0	0
	31人						
	0円						
精神疾患を理解する～地域 で暮らすあの人の病気を 知る～	地域	13,469	0	0	13,469	0	0
	13人						
	0円						
区内病院認知症講座	地域	0	0	0	0	0	0
	70人						
	0円						
女性団体協議会向け認知症 サポーター養成講座	地域	0	0	0	0	0	0
	9人						
	0円						
ほどがや区民まつり介護予 防ブース	地域	0	0	0	0	0	0
	200人						
	0円						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業収支報告書

事業名	①主な対象者	自主事業決算額					
	②延べ参加人数	総経費	収入		支出		
	③一人当たり参加費		指定管理料	参加費	講師謝金	材料費	その他
「わが家の地震対策」勉強会 ～みんなで考えよう～	地域	0	0	0	0	0	0
	16人						
	0円						
親子でドラムを叩こう～音楽 で心と身体を動かそう～	障害者	0	0	0	0	0	0
	26人						
	0円						
ボランティア懇親会	地域	17,484	0	0	7,795	9,689	0
	30人						
	0円						
ほっとフレンズ2017春 ボラ ンティア研修・説明会	障害者	0	0	0	0	0	0
	61人						
	0円						
いきいき健康講座	高齢者	52,552	0	0	49,002	3,550	0
	96人						
	0円						
ヨガニサイズ	地域	0	0	0	0	0	0
	28人						
	0円						
顔ヨガで若返り	高齢者	13,364	0	0	13,364	0	0
	29人						
	0円						
おいしい珈琲勉強会	地域	2,650	0	0	0	2,650	0
	6人						
	0円						
法泉ハイツ「集いの場」	高齢者	11,128	0	5,200	5,568	4,560	1,000
	26人						
	200円						
権利擁護講座「わくわく老後 らくらく介護・相続」	高齢者	0	0	0	0	0	0
	17人						
	0円						
骨盤ストレッチ体験講座	地域	15,590	0	2,500	15,590	0	0
	27人						
	100円						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
リビングひよこ組	<p>【目的】未就園児を持つ親子を対象に、気軽に立ち寄って交流を図る場とする。親同士の情報交換をはじめ、ケアプラザや区の情報に接する機会とする。</p> <p>【内容】ボラティアルームをプレイルームとして開放し、おもちゃや人形等を用意。ケアプラザや区をはじめ、乳幼児向けの各種情報を提供、子育ての相談窓口としても機能。「かるがもキッズ」、「ももいろたんぽぽ」といったボランティアグループに運営協力を依頼。</p>	通年 (原則第1・4月曜日) 計17回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
リビングひよこ組「親子で遊ぼうリトミック」	<p>【目的】未就園児を持つ親子が、音楽を通じて触れ合いを持ち、地域の仲間をつくるきっかけとなるよう実施。子育てのストレス解消にも役立ててもらおう。</p> <p>【内容】講師の指導によって、親子が一緒になってリミック(音楽療法)に取り組む。親子のスキンシップとともに地域の人同士が交流を図る。</p>	4～6月・月1回 計3回 9～11月・月1回 計3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
リビングひよこ組「ベビーマッサージ」	<p>【目的】乳幼児の母親に、マッサージを行う手法を学んでもらう。また、親子のスキンシップの機会を増やし、乳幼児の情緒の安定を図る。</p> <p>【内容】マッサージを行うための注意をはじめ、その効果について説明と実技。お母さんへのハンドマッサージを行う。</p>	6月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
かるがもキッズさんと広いお部屋で遊ぼう	<p>【目的】未就園児の親子の居場所作り、母親同士の出会いの場や交流の場を提供する。また、雨の多い季節に向けて、室内で体を動かせる遊びを楽しむ。</p> <p>【内容】「かるがもキッズ」さんの協力を得て、手遊び、歌遊びのほか、お遊戯やダンスなど身体全体を動かせるレクリエーションを行う。</p>	6月、7月、10月、1月、3月・各1回 計5回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
今井の親子教室	<p>【目的】発達障がい児に対する親の関わり方を学んでもらう。身近な地域で支援される仕組みを設定し、地域で見守られて育つことを目的とする。</p> <p>【内容】講師は、特別支援教育士の有富正子先生。音と音楽で関わり、こどもの心と身体の発達を促す。親のかかえる子育ての悩み相談を受ける。</p>	通年 (原則第2火曜日) 計12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
レコードカフェ	<p>【目的】レコード鑑賞を通じて、地域住民が交流できる場を提供。ケアプラザの新規利用者（特に男性）を開拓。</p> <p>【内容】コーヒー、紅茶などを飲みながらレコード鑑賞を楽しむ事業。事業は、運営委員会（地域ボランティアで構成）が担当。</p>	通年 (原則第2月曜日) 計12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
うたごえサロン 「メロディ」	<p>【目的】大声で歌い健康増進を図る。また、歌の楽しさを感じてもらい、参加者同士の交流の場とする。</p> <p>【内容】アコーディオン奏者の講師に依頼し、昭和の歌や童謡などを参加者全員で歌う。</p>	通年 (原則第2金曜日) 計12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
水彩スケッチク ラブ	<p>【目的】地域に幅広い年齢層の方に、ケアプラザを利用してもらう”きっかけ”となる事業。参加者同士が交流を深め、他団体・サークルへの参加を促す。</p> <p>【内容】水彩画に精通した講師のもと、参加者が花や果物など自由に描く。最後にはそれぞれの作品を批評しあう。作品はケアプラザ館内に掲示。</p>	通年 (原則第2土曜日) 計12回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
語りべと歩くまち「保土ヶ谷公園施設巡り」	<p>【目的】「ほどがや語りべ集」の編集に関わった方々と企画・運営。語りべ集載っているポイントを中心に、ウォーキングでまちの魅力を再発見し、地域の方々と交流を図る。</p> <p>【内容】「ほどがや語りべ集」を使い、地域の社会資源を再評価していく。</p>	6月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
第2回 地域カレーで集う	<p>【目的】ケアプラザ活動団体サークルのPR、新規メンバーの獲得が目的。また、地域住民にケアプラザがどのような施設なのか、どういった活動をしているのか知ってもらう。</p> <p>【内容】ケアプラザ活動団体（そこそこ手伝い隊、ダンディズム、さくら草、レコードカフェ運営委員、スクエアステップ、リフレッシュ夜ヨガ、デイサービスドライバーチーム、カーネーション、減塩キッチン、のびのびくらぶ）の10団体が出店し、カレーに関連する料理を提供。合わせて団体の活動内容を周知。</p>	6月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
カレーパンを作ろう	<p>【目的】「第2回 地域、カレーで集う」のカレーパン作り及び販売。地域の担い手のきっかけづくり。</p> <p>【内容】講師によりカレーパンの作り方を学び、販売も行う。</p>	5月・1回 6月・2回 計3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
日本茶を楽しもう	<p>【目的】家庭で淹れるお茶の美味しい淹れ方、お茶に関する豆知識を習得する。お茶の講座を通して参加者同士の交流を促す一方、地域の担い手を発掘する。</p> <p>【内容】家庭で淹れるお茶の美味しい淹れ方、お茶に関する豆知識を学ぶ。講座を通じて、地域の方々と交流する。</p>	5月・1回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
社交ダンスLet'sダンス	<p>【目的】 社交ダンスで、ロコモ予防・認知症予防、参加者が交流を図る。3か月間講師による指導の後、自主サークル化を目指す。</p> <p>【内容】 運動靴でも行えるダンスとして参加しやすくする。権太坂コミュニティハウスと共催で行う。</p>	4月、5月、6月・各1回 計3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
春のノルディックウォーキング	<p>【目的】 健康増進とロコモ予防のため、初心者を中心した講座として行う。</p> <p>【内容】 ラポール横浜の指導員からノルディックの基本を学び、外歩きを行う。</p>	4月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
初夏のノルディックウォーキング	<p>【目的】 健康増進とロコモ予防のため、初心者を中心した講座として行う。</p> <p>【内容】 今井ケアプラザから遠距離に住む住民向けに、権太坂コミュニティハウスで実施。両日とも天候不安定であったが、室内での動きの指導、晴れ間をみて外歩きを行う。</p>	6月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
介護予防グループリーダー・ボランティア研修会	<p>【目的】 介護予防グループリーダー・ボランティア等に対し、専門家から情報提供と活動の助言を受ける。</p> <p>【内容】 作業療法士の「作業療法士の視点から学ぶ高齢者の生きがいづくり」をテーマにした講義では、作業療法士の活動「興味関心チェックシート」の活用方法、また、認知症の方がグループに参加した時の集団内の配慮や対応の仕方などを学ぶ。理学療法士の「関節痛の理解とアプローチ」をテーマにした講義では、参加者が関節痛を抱えている方へ、セルフケア、予防運動等のプランを学ぶ。</p>	5月・1回 6月・1回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
クーリングオフ制度と詐欺被害対策	<p>【目的】 地域住民に対してクーリングオフや消費者被害について学び、権利擁護につなげる。</p> <p>【内容】 「データから見るクーリングオフ制度」「昨今の振り込め詐欺について」「契約の基礎知識」などを学ぶ。講座の終了時にケアプラザの役割や成年後見についての説明も受ける。</p>	6月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
認知症&予防「みかんカフェ」	<p>【目的】 認知症高齢者とその家族の交流と情報交換の場とする。</p> <p>【内容】 認知症当事者たちは自宅以外の活動の場として気楽に過ごし、介護者たちは介護に関する悩みの相談や共有を行う。</p>	通年 (原則第2木曜日) 計11回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
介護予防教室	<p>【目的】 介護予防の基礎知識を学び、自ら介護予防に取り組む。</p> <p>【内容】 ロコモ予防・口腔機能向上・低栄養予防・認知症予防を目的に、項目毎に講師を依頼する。</p>	5月・3回 6月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
出張介護予防	<p>【目的】 地域の集会や老人会・ミニサロン・一人暮らし昼食会等を訪問し、ケアプラザを利用しづらい方達と、交流する機会をつくり、地域の課題やニーズを探る。介護予防の体操指導や、保健師による健康情報の提供等を行う。</p> <p>【内容】 自治会、老人会、婦人会、町内会、ミニデイ等、地域の集会を訪問。健康や生活に関する知識、「はまちゃん体操」「はまトレ」「コグニサイズ」の指導、脳トレ遊び等を行う。またケアプラザの主催事業や、インフォーマルサービスの情報も提供する。</p>	通年 計21回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
認知症サポーター養成講座	【目的】 認知症について学び、地域で認知症の人達を支える環境を整える。 【内容】 認知症の理解、認知症の方への対応、家族本人の気持ち、オレンジリングについてなどを講義。地域でサポーターを養成する。	5月・1回 9月・2回 11月・1回 2月・1回 3月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
介護保険制度説明会	【目的】 介護保険制度の説明と、相談窓口や方法、介護予防の周知を図る。 【内容】 介護保険の使い方、使うタイミング、利用できるサービスの説明などを行う。	4月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
元気脳づくり	【目的】 認知症予防と地域の方々の交流を促す。 【内容】 参加者が認知症予防として、運動・脳リハ・ゲーム・口腔ケアなど、様々なメニューに取り組む（コグニサイズのラダーを利用して脳トレを行う）。	通年 (原則第3月曜日) 計12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
親子で公園遊び	【目的】 地域で安心して子育てができる環境づくりを提供する。また、外に出て遊ぶきっかけをつくる。 【内容】 保土ヶ谷区役所、保土ヶ谷区社会福祉協議会、こっころ、主任児童委員と連携して公園遊びを行う。	5月、9月、10月、 11月、1月・各1回 計5回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
おしえて 幼稚園のこと	<p>【目的】未就園児の母親を対象に幼稚園を紹介し、選択の参考にしてもらう。</p> <p>【内容】実際に通園している母親に講師役を務めてもらい、幼稚園を紹介してもらう。講師は、上の原幼稚園2名、境木幼稚園2名、初音が丘幼稚園2名、立正幼稚園3名。</p>	6月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ほどがやおもちゃ再生館	<p>【目的】子どもたちのおもちゃを修理し、再生する。来所してくれた子どもへアンケートを行い、子どもたちの遊びと勉強等の情報を収集する。</p> <p>【内容】おもちゃの修理を行う。併せて、子どもの遊び場を開放する。</p>	通年 (原則第2土曜日) 計10回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
藤塚小学校(4年2組) & 今井地域CPの交流会	<p>【目的】小学生と地域ケアプラザ、デイサービスの高齢者、地域の人達との交流をする。福祉体験も行う。</p> <p>【内容】小学生に地域ケアプラザや福祉について知ってもらう。地域の高齢者と小学生の交流の場を提供する。一年かけて影絵を制作して、高齢者の前で発表する。</p>	6月、7月、9月、10月、2月・各1回 計5回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ふれあい週間	<p>【目的】ケアプラザに登録して活動している自主活動団体・サークルが、デイサービスで日頃の活動成果を披露。ご利用者と交流を図る。</p> <p>【内容】年に3回、デイサービスにおいて自主活動団体・サークルが日頃の活動成果を披露。5月「ふれあい週間」、9月「敬老の日ふれあい週間」、12月「クリスマスふれあい週間」としてご利用者と交流を図る。</p>	5月・7回 9月・7回 12月・7回 計21回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
やさいスタンプ でTシャツづくり	【目的】現役のお母さんたちの地域活動の場になることと同時に、その担い手を育成する。 【内容】現役のお母さん同士が集まり、地域に向けた講座を企画していく。ケアプラザは、予約受付・情報発信・部屋貸しなどの後方支援の役割を担う。	6月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
権利擁護講座 「エンディング ノート講座」	【目的】権利擁護事業の一環として、エンディングノートを学び、自分自身の生き方、老い方などを整理する。ケアプラザへ足を運ぶことのなかった住民をターゲットとしケアプラザの周知も図る。 【内容】講師独自のエンディングノートを参加者と一緒に作成する。	7月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
権利擁護講座 「人生を豊かに 生き抜く」	【目的】権利擁護事業の一環として、豊かな人生を過ごす提案を行う。ケアプラザへ足を運ぶことのなかった住民をターゲットとし、ケアプラザの周知も図る。 【内容】講師の経験を参考に、多様な生き方を提案する。包括職員より、ケアプラザの役割の簡単な説明も行う。	8月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
権利擁護講座 「賢い個人投資 家としての資産 活用術」	【目的】権利擁護事業の一環として、資産運用について学ぶ。ケアプラザへ足を運ぶことのなかった住民をターゲットとし、ケアプラザの周知も図る。 【内容】「不確実な時代に大切な資産を守るため何が必要か」をサブテーマに、講師から年金、資産運用、消費者被害などについて学ぶ。	9月・1回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
ほっとフレンズ 2016夏 ボラン ティア研修・説 明会・夏祭り	<p>【目的】①普段は、学校と家庭の往復になりがちな障がい児に、「新たな出会いの場」、「生活経験を拡大できる場」、「充実したひと時を過ごす活動の場」を提供する。②障がい児を抱えた家族にレスパイトを図る。③障がい理解のある地域のボランティア・学生ボランティアの育成を図る。④関係諸学校及び団体との協力関係を深め、区内の地域ケアプラザが、障がい児の支援における地域ネットワークの一員となるように継続的に努める。</p> <p>【内容】区内障がい児者関係機関と連携し、ほっとフレンズ実行委員会で余暇プログラムを企画。実行委員会のメンバーで、総務、会計、プログラム、ボランティアと4つのグループに分かれ当日まで役割を担う。室内プログラムで、参加者とボランティアがペアになり、模擬店と腹話術の鑑賞とバルーンアートの体験を楽しむ企画をたて、地域へ広報する。ボランティア募集は近隣の高校、大学などに案内を郵送し、説明会を企画し、高校へ出向く。高校生を中心とした19名のボランティアが参加する。またケアプラザのボランティア11名が調理やレクレーション補助として参加する。実施日前にボランティア説明会を実施し、活動ホームゆめの職員による、ボランティアのいろは、注意事項の説明を行い、障がいの理解に努める。参加人数の内訳①ボランティア説明会 15名 ②2016夏 参加者15名 ボランティア19名 ケアプラザボランティア11名</p> <p>経費については、今井地域ケアプラザが取りまとめを行い、総額88,715円です。 そのうち、保土ヶ谷区学齢障害児フレンドサポート事業の補助金(92,000円)及び参加費(@500円×15人)を差し引き、残った18,8円は区へ戻入する。</p>	7月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
小学校の漢字・ 計算をマスター しよう	<p>【目的】経済的に困難な家庭の子どもたちの修学の場。地域での子どもたちとのかかわりのきっかけづくりや放課後の小学生の見守りを行う。</p> <p>【内容】計算練習・漢字書き取り練習を中心として勉強をすすめていく。</p>	7～3月・各2回 (原則第1・3金曜日) 計16回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ソーラーランタ ン作り	<p>【目的】男性ボランティアの活動の場と、地域の男性と小学生の交流の場を設定する。</p> <p>【内容】そこそこ手伝い隊(CP貸室利用団体)の講師によるソーラーランタン作り。</p>	8月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
木製の小物(文 房具)入れ作り	<p>【目的】地域ボランティアの活動の場と、地域住民と小学生の交流の場を設定する。</p> <p>【内容】きつつき仲間(CP貸室利用団体)の講師による木製小物(文房具)入れ作り。</p>	7月・1回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
地区センター・ケアプラザ合同今井子ども夏祭り	<p>【目的】地区センターと合同で子ども夏祭りを開催し、地域の子どもたちがケアプラザを利用できることをアピールする。また、CP貸室利用団体の活動発表の場を設定する。</p> <p>【内容】地区センター体育館で地区センターとケアプラザ登録団体による演奏や演舞発表（琴、ハーモニカ、太極拳他）。ケアプラザ登録団体による食品販売（ポップコーン、コロッセパン、コーヒー他）。ケアプラザ登録団体による体験コーナー（吹き矢、ダーツ、カーリング他）。</p>	7月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
はまなすさんの「おはなし会」	<p>【目的】夏休みで幼稚園がお休みの子どもに、ケアプラザで参加が可能なミニイベントを開き、ケアプラザへ来たことのない子どもや親に足を運んでもらう。</p> <p>【内容】はなます（CP貸室利用団体）の協力を得て、ペープサート（紙人形劇）、手遊び、歌遊び等のレクリエーションを行う。</p>	8月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
リビングひよこ組「人形劇」	<p>【目的】乳幼児の親子を対象に人形劇を見てもらい、母親の読み聞かせなどへ興味を持ってもらう。</p> <p>【内容】はなます（CP貸室利用団体）による人形劇・手遊び・エプロンシアターを披露してもらう。</p>	9月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
HUG（避難所運営ゲーム）体験会他	<p>【目的】地区センターと地域ケアプラザの防災訓練とHUG（避難所運営ゲーム）の実施をし、災害非常時の訓練を行う。</p> <p>【内容】災害非常時の避難所の地域での率先的な運営をイメージできるカードゲームの実施。地区センター体育館でのコンサート時間中の防災訓練の実施。</p>	9月・1回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
男の夜遊び企画 うたごえサロン 「夜のメロ ディ」	<p>【目的】定年後の男性が外出するきっかけをつくり、参加者同士の交流の場とする。また、歌を歌うことで健康増進を図る。</p> <p>【内容】アコーディオン奏者の講師に依頼し、昭和の歌や童謡などを参加者全員で歌う。</p>	8月・1回 12月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
将棋教室	<p>【目的】地域での子どもと関わるきっかけづくりと共に、放課後の小学生の見守りを行う。また、地域の人達（シニア男性）にボランティア先生を依頼して、地域の担い手を養成する。大人とする将棋を通して、技術指導、コミュニケーションを学ぶ。</p> <p>【内容】将棋・詰め将棋を行う。</p>	8～3月・各2回 (原則第2・4水曜日) 計14回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
介護予防グループ ボランティア・リーダー スキルアップ研修会	<p>【目的】地域で活動している介護予防グループのリーダーやボランティアのスキルアップの為、研修会を行う。</p> <p>【内容】理学療法士による「関節痛の理解とアプローチについて」のテーマで、指導してもらう。</p>	8月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
男の夜遊び番外編 おいしい珈琲講座	<p>【目的】地域の高齢者が外出するきっかけをつくり参加者同士の交流の場とする。また、珈琲ボランティアを募り地域デビューを促す。</p> <p>【内容】今井エリアにある境木商店街の「fe a coffee」のマスターに講師を依頼し家庭でも簡単に淹れられる美味しい珈琲の淹れ方をレクチャーしてもらう。</p>	12月・1回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
ほ도가や区民まつり地域活動交流ブース	<p>【目的】区民が多数来場する「区民まつり」に区内全てのケアプラザの担当職員が参加することで、顔の見える関係づくりを図る。そして、ケアプラザが地域住民にとって身近で気軽に相談・活動できる施設であることを理解していただき今後の福祉保健活動へとつなげる。</p> <p>【内容】福祉保健センター1区分を使用し、ケアプラザの周知を行った。来場者に声をかけ、前回の内容を更に工夫し、自分のエリアのマップにお薦めの場所だけでなく、危険な場所なども記入してもらおう。吹き出しの付箋を使用する事で地図上わかりやすくなるようにし、又区全体のマップを前方目立つように置いて来場者の興味がわくようにする。各ケアプラザの職員が自分のエリアのものを作成し、当日もマップのそばで案内することで、来場者と該当エリアにあるケアプラザの職員が直接コミュニケーションを図れるよう工夫する。その他、該当エリアにあるケアプラザのチラシを配布したり、景品を渡す。</p>	10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
語りべと歩くまち「仏向の畑めぐりとみかん狩り」	<p>【目的】この事業は、「ほ도가や語りべ集」の編集に関わった方々と企画・運営。語りべ集に載っているポイントを中心に、ウォーキングをしながらまちの魅力を再発見するとともに、地域の方々との交流を図る。</p> <p>【内容】今年度は参加者募集と同時に見守りボランティアの募集を行った。ボランティア希望者は当日30分前に集合し、ルートの確認・注意点などを共有する。今年度から生活支援と共催としたため、地域の魅力を再発見すると同時に、地域に眠る見守りボランティア発掘に力をいれる。また、ほ도가や人・まち・文化振興会の方や地域の農家と企画段階から話し合い、新たな取組として、終着点で「保土ヶ谷弁当」を参加者（地域の方々）と共に食しながら交流をする。</p>	12月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
リビングひよこ組「ハロウィンパーティ」	<p>【目的】親子で仮装を楽しみ、デイサービス高齢者と触れ合う機会を持つ。また、ホットケーキ作りを参加者で行い、母親同士の交流を深める。</p> <p>【内容】集合写真、親子写真の撮影。デイサービス高齢者に仮装を披露し、お菓子をもらい交流する。ボランティアグループによる読み聞かせとホットケーキ作りの交流会。</p>	10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
リビングひよこ組「クリスマス会」	<p>【目的】親子でクリスマス会を楽しむ交流の場を提供。また、地域住民にボランティアとして参加してもらい、異世代交流を図る。</p> <p>【内容】男性ボランティアによるサンタクロースが登場し、持ち寄ったプレゼントを参加者同士で交換し合う。最後に、ボランティアグループによる読み聞かせを行う。</p>	12月・1回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
地区センター・ケアプラザ合同秋祭り	<p>【目的】地域の誰もが利用できることをPRするため、地区センターと合同でお祭りを開催。またCP貸室団体の活動発表の場を設定する。</p> <p>【内容】CP貸室団体によるカレーライス、コロケ、木工工作の販売。ケアプラザとして、健康チェックコーナーやコーヒー販売を行う。</p>	11月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
認知症サポーター養成講座と高齢者疑似体験講座	<p>【目的】年間を通じて、今井地域ケアプラザと交流している藤塚小学校の4年生が、認知症について理解し、認知症の方への対応方法、高齢者の身体状況について学ぶ。</p> <p>【内容】認知症サポーター養成講座では、認知症と認知症の方への対応、オレンジリングについて等を講義して、小学生のサポーターを養成。高齢者疑似体験講座では、高齢者疑似体験セットを装着して高齢者の身体状況を小学生が体験する。</p>	10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
目のけんこう講座	<p>【目的】加齢に伴い眼に様々な症状が出現することがある。眼の病気を知り、早期発見、早期治療が行えるようにする。</p> <p>【内容】今井地域ケアプラザにて実地。保土ヶ谷区福祉保健センターの医師から、“加齢に伴う眼の変化”の話をして頂く。</p>	10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
地域活動グループリーダー研修会	<p>【目的】地域で活動しているグループのリーダーのスキルアップの為、研修会を行う。</p> <p>【内容】“アイスブレイク集”を活用しながら、グループで使えるアイスブレイクを運動指導士から学び、体験する。</p>	11月・1回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
医療講座“高齢者が気をつけた い目の病気”	<p>【目的】高齢者がかかりやすい目の病気を知り、予防法や受診のタイミングを知る。</p> <p>【内容】横浜市立市民病院の眼科医に来てもらい、白内障、緑内障、黄斑変性症の話聞く。権太坂コミュニティハウスで実施。</p>	10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
健康チェックと健康相談～膝痛腰痛について	<p>【目的】関節疾患の予防とロコモ予防の為に。膝痛腰痛のある方や、そのおそれのある方に予防方法を知ってもらう。</p> <p>【内容】ケアプラザ秋祭りで健康チェックを行った際に行う。膝痛腰痛のある方が作業療法士から生活動作のポイントと関節のリハビリなど教わる。</p>	11月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
権利擁護講座 「人生の事前整理に向けて 遺言を作ろう！」	<p>【目的】権利擁護事業の一環として、豊かな人生を過ごす提案を行う。ケアプラザへ足を運ぶことのなかった住民をターゲットとし、ケアプラザの周知も図る。地域住民が遺言について学ぶ機会を作る。</p> <p>【内容】社会保険労務士を招き遺言・相続について学ぶ。実際に遺言を書く体験型のワークも行う。</p>	10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
権利擁護講座 「知っておきたい葬儀の知識」	<p>【目的】権利擁護事業の一環として行う。ケアプラザへ足を運ぶことのなかった住民をターゲットとし、ケアプラザの周知も図る。地域住民が葬儀について学ぶ機会を作る。</p> <p>【内容】葬儀についての相談先、費用、宗派などを学ぶ。権太坂コミュニティハウスと今井地域ケアプラザで実施。</p>	11月・2回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
精神疾患を理解する～地域で暮らすあの人の病気を知る～	<p>【目的】精神疾患について地域住民、ケアマネージャー、民生委員などが理解を深める。</p> <p>【内容】精神科医から、精神疾患の種類の違い、事例から予測される疾患について、精神科医・脳外科医・心療医などの受診の仕方について学ぶ。</p>	11月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
区内病院認知症講座	<p>【目的】病院に診察に訪れる方やその家族を対象として、認知症講座を開くことで、普段ケアプラザに来ることのない層へ、認知症に関する正しい知識を持ってもらう。併せて、ケアプラザに関する周知活動も行うことで、区内全体でのケアプラザへの認知度向上も目指す。</p> <p>【内容】育生会病院では、病院側から「地域包括ケア病棟」と「認知症について」、「老健、特養の違い」の部分の講演を実施。また、ケアプラザからは「自宅での生活を支える役割と機能」と題し、包括の役割を中心とした講演を実施する。</p> <p>横浜保土ヶ谷中央病院では、区役所から「地域包括ケアシステムについて」、横浜保土ヶ谷中央病院側から「認知症について」と「地域包括ケア病棟」の部分の講演を実施。</p> <p>また、ケアプラザからは「介護保険・地域ケアプラザの役割について」と題し、包括の役割を中心とした講演をする。</p>	10月・1回 11月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
女性団体協議会向け認知症サポーター養成講座	<p>【目的】区内全域で包括エリアをまたがって活動している女性団体協議会を対象とし、認知症サポーター養成講座を行うことで、日々の活動の中での見守りに繋げる。</p> <p>またメンバーやその家族が「認知症は誰でもなり得る病気」という認識を持ち、より身近な問題として考えて頂く契機とする。</p> <p>【内容】今井地域ケアプラザ、仏向地域ケアプラザ、星川地域ケアプラザの各包括合同事業として行う。会場は星川地域ケアプラザ2F多目的ホールで、サポーター養成講座の内容を分担して話す。参加者の方々にも寸劇の登場人物になってもらう。</p>	10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ほどがや区民まつり介護予防ブース	<p>【目的】区民まつりにて介護予防ブースに、保土ヶ谷区役所高齢障害支援課の保健師と包括支援センター保健師職が合同で行い、地域住民へ介護予防の普及啓発を行う。</p> <p>【内容】平成24年度から区高齢障害支援課保健師の介護予防ブースに地域包括支援センターも合同で参加し、包括支援センターの周知を行うこととなる。ロコモティブシンドロームのチェックを行い、結果説明の上、保健指導を行う。また、地域包括支援センターのパネルも設置、各ケアプラザの自主事業のチラシを配布し介護予防活動を促す。</p>	10月・1回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
「わが家の地震対策」勉強会～みんなで考えよう～	<p>【目的】災害時への備えや対策、基本的な知識を身に付けてもらい、地域住民の防災力アップにつなげる。また、講師役を、講師役を地域住民にしてもらい、活躍の場を設定する。</p> <p>【内容】全戸配布されている「わが家の耐震対策」を教本として、災害に向けての備え（備蓄用品）や避難場所についての説明。その後、テーブルごとに、防災をテーマにグループ討論を行う。</p>	12月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
親子でドラムを叩こう～音楽で心と身体を動かそう～	<p>【目的】① 普段は、学校と家庭の往復になりがちな障がい児に、新たな出会いの場、生活経験を拡大できる場、充実したひと時を過ごせる活動の場を提供する。</p> <p>② 子どもたち安全で安心して過ごすことのできる居場所としてケアプラザの周知を行う。</p> <p>③ 関係諸学校及び関係諸団体の協力関係を深め、障害児の支援における地域ネットワークの一員となれるように継続的に努める。</p> <p>④ 本事業の周知や報告、及び地域のボランティアを募集する事で、障がい福祉に対する理解をより深めてもらう一つの機会とする。</p> <p>【内容】超音楽のお遊び集団じゃねんずを講師に招き、親子でドラム等の楽器演奏とダンスを楽しむ機会を提供。1部がドラムワークで、お茶会で交流後、2部がダンスワークを実施。親子と一緒に楽しむことで親が子どもの成長を確認する。また、親もストレス発散をして喜ぶ。</p>	1月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ボランティア懇親会	<p>【目的】ケアプラザで活動している個人ボランティアとサークルへ感謝の気持ちを伝えるとともに、参加者同士の交流を図る。</p> <p>【内容】前半は、会に参加しているボランティアの自己紹介とサークルの紹介、後半は、ミニコンサートと茶話会を行う。</p>	3月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ほっとフレンズ2017春 ボランティア研修・説明会	<p>【目的】① 普段は、学校と家庭の往復になりがちな障がい児に、「新たな出会いの場」「生活経験を拡大できる場」「充実したひと時を過ごせる活動の場」を提供する。② 障がい児を抱えた家族のレスパイトを図る。③ 障がい理解のある地域のボランティア・学生ボランティアの育成を図る。④ 関係諸学校及び団体との協力関係を深め、区内の地域ケアプラザが、障がい児の支援における地域ネットワークの一員となるように継続的に努める。</p> <p>【内容】区内障がい児者関係機関と連携し、ほっとフレンズ実行委員会で余暇プログラムを企画。実行委員会のメンバーで、総務、会計、プログラム、ボランティアと4つのグループに分かれ当日まで役割を担う。室内プログラムで、参加者とボランティアがペアになり、模擬店と腹話術の鑑賞とバルーンアートの体験を楽しむ企画をたて、地域へ広報する。ボランティア募集は近隣の高校、大学などに案内を郵送し、説明会を企画し、高校へ出向く。高校生を中心とした25名のボランティアが参加する。またケアプラザのボランティア10名が調理やレクレーション補助として参加する。実施日前にボランティア説明会を実施し、すみれ園の職員による、ボランティアのいろは、注意事項の説明を行い、障がい理解に努める。</p> <p>参加人数の内訳①ボランティア説明会 22名 ②2016春 参加者15名 ボランティア24名 ケアプラザボランティア10名</p> <p>経費については、岩崎地域ケアプラザが取りまとめを行い、総額88,715円です。そのうち、保土ヶ谷区学齢障害児フレンドサポート事業の補助金（92,000円）及び参加費（@500円×15人）を差し引き、残った10,785円は区へ戻入する。</p>	3月・2回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
いきいき健康講座	<p>【目的】介護予防の基礎知識を学び、自ら介護予防に取り組む。</p> <p>【内容】ロコモ予防・口腔機能向上・低栄養予防・認知症予防を目的に、項目毎に講師を依頼する。講師は各回1名。</p>	1月・1回 2月・2回 3月・1回

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
コグニサイズ	<p>【目的】コグニサイズを利用し、認知症予防や、ロコモ予防を行っていく。</p> <p>【内容】コグニサイズのロボット、パルロ君と共に、ストレッチやコグニサイズを行い、脳活性化を行う。</p> <p>※生活支援と包括の合同事業</p>	1月・1回 2月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
顔ヨガで若返り	<p>【目的】顔の筋肉を動かすことで、血流アップ・笑顔アップ・健康アップにもつながる。また、口腔ケアや脳トレにも効果もあるため、セルフケアの一つとして、理解し、覚え、活用してもらえようにする。</p> <p>【内容】フェイシャルインストラクターの岩倉友子さんを講師に迎え、顔の筋肉の動かし方や、表情の作り方を学ぶ。参加者28名、講師1名。</p> <p>※生活支援と包括の合同事業</p>	3月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
おいしい珈琲勉強会	<p>【目的】地域の高齢者が外出するきっかけを作り、参加者同士の交流の場とする。また珈琲ボランティアを募り、地域デビューを促す。</p> <p>【内容】前回のおいしい珈琲の淹れ方講座に参加された方々に声をかけ参加してもらい、珈琲の淹れ方をおさらいしながら、各自珈琲を淹れてもらい、親交を深める。</p> <p>※生活支援と地域活動交流の合同事業</p>	3月・1回

平成28年度 自主事業報告書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
法泉ハイツ「集いの場」	<p>【目的】法泉ハイツに高齢者の活動の場がないため、介護予防の普及や地域のつながりを強化する為、[集いの場]作りを行う。</p> <p>【内容】[集いの場]で、うた声サロンと茶話会を行う。うた声サロンでは、アコーディオン奏者の福田先生を招き、アコーディオンに合わせてみんなで歌をうたい、茶話会ではお話をしながら親交を深め、アンケートも説明しながら、記入してもらう。</p>	3月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
権利擁護講座「わくわく老後らくらく介護・相続」	<p>【目的】権利擁護事業の一環として、相続や税金について学ぶ。ケアプラザへ足を運ぶことのなかった住民をターゲットとし、ケアプラザの周知も図る。</p> <p>【内容】遺言・相続・任意後見についての講義。のち、個別相談会。個別相談会10名参加。</p>	3月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
骨盤ストレッチ体験講座	<p>【目的】日頃、運動教室に参加する機会の少ない中高年の女性や子育て中の母親たちを対象に運動系の教室を開催する。</p> <p>【内容】簡単な体操を行い、骨盤のゆがみを矯正する。そして、肩こり・腰痛・猫背・尿もれ等の改善、ヘルニア・脊椎管狭窄症の予防を行う。</p>	2月・1回 3月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数