

2月号

令和8年

しのはらのはら

S H I N O H A R A N O H A R A



篠原地域ケアプラザってなあに？

第1弾

地域包括支援センター



今号では、『地域包括支援センター（包括）』についてご紹介いたします。

地域包括支援センターは社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師または看護師の3職種で連携して業務を行っています。3職種での主な取り組みについて、ご紹介いたします。



総合相談

介護保険申請など主に高齢者を対象とした介護等の相談をお受けしています。

★来所でのご相談は事前予約をお願いします。【予約優先】

045-423-1270

主な取り組みや事業

学ぶ

- ・わた史ノート（港北区版エンディングノート）活用講座
- ・施設の選び方講座
- ・ケアプラザ協力医師による健康相談会、医療講演会

広める

- ・消費者被害防止
- ・虐待防止
- ・権利擁護



仲間を増やす 元気に過ごす

- ・認知症サポーター養成講座
- ・運動、栄養、お口のケアに関する講座
- ・フレイル（からだところの機能低下）予防講座

悩みを一緒に

- ・介護者のつどい

★出張して実施（出前講座）もしています。
お気軽にお問い合わせください。



ゆうあいクリニック
片山医師による

健康相談会

健康に関すること
相談してみませんか？

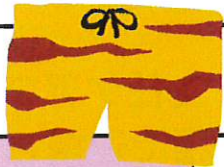
無料

日程 2/17 (火)

場所 篠原地域ケアプラザ

時間 ①15:30~16:00 1名
②16:00~16:30 1名

申込 電話または来所



2月

ケアプラザの講座や自主事業・共催事業のみ掲載です

日	月	火	水	木	金	土
1 SOW	2 しのはらランド 公園あそび	3	4 一服亭	5 りんどうの会	6	7 しのはら相談室 コーヒーフレンド
8 しのはらクラブ	9	10 らっこサロン しのはら相談室	11	12	13 しのはらランド イベント	14 親子学級ふれんど
15	16 休館日	17 健康相談会	18 一服亭	19	20	21 らっこイベント しのはら相談室 コーヒーフレンド
22 パパのはら とも・とも篠原	23	24 らっこサロン しのはら相談室	25 一服亭	26	27 りんどうの会	28 しのはら相談室

【高齢者】一服亭 100円/回 13:30~ ・らっこ サロン 10:00~
 【高齢者】りんどうの会500円/回【初回要予約】10:30~ ・らっこ イベント「港北保育園の先生とあそぼう！」10:30~
 【父親育児支援】パパのはら (フリー) 9:00~ ・しのはらランド 公園あそび 10:30~
 ・しのはら相談室 13:30~ ・しのはらランド イベント「音楽であそぼう」 10:15~
 ・コーヒーふれんど 10:00~ ・SOW (保護者の集い) 300円/人 13:00~
 ・とも・とも篠原 100円/人 13:00~
 ・健康相談会 15:30~

下線部ありは要予約

申込・問合せ:横浜市篠原地域ケアプラザ 045-423-1230

社会福祉法人横浜市社会福祉協議会
横浜市篠原地域ケアプラザ
〒222-0022 港北区篠原東2-15-27
TEL 045-423-1230
FAX 045-423-1257
休館日 第3月曜日(祝日の場合は翌日)
年末年始(12/29~1/3)

介護などの
相談は...

イベント・講座や
休館日などの情報

TEL: 045-423-1270

平日 9:00-18:00 日祝 9:00-17:00

ホームページ <https://www.yokohamashakyo.jp/shinohara/> ブログ <http://shinohara.cp.sblo.jp/>

【発行責任者】 所長 篠原 一美