

平成28年度 地域ケアプラザ事業計画書

1 施設名

葛が谷地域ケアプラザ

2 事業計画

今年度、地域ケアプラザの管理運営をどのようにおこなっていくのか、具体的に記載してください。

地域の現状と課題について

葛が谷地域ケアプラザは都田・荏田南・渋沢・ふれあいの丘・柚木荏田南の5地区が担当エリアです。駅周辺を中心にマンションや商業施設の建設が進む一方、昔からの農業専用地域を持つ地域もあります。

都筑区は高齢化率が低く、センター南駅や都筑ふれあいの丘駅を中心に子育て世帯が多く住んでいます。一方で、子どもからの呼び寄せで移り住んだ高齢者も多く、居住年数が比較的短い方が多いのも特徴です。エリア内の要支援認定を受ける高齢者が急増している現状です。

<課題>

- ①地区社協や民生委員、自治会町内会を中心として関係の構築及び地域資源の整備を住民主体で取り組むための支援が必要とされています。
- ②ケアプラザの機能 PR の強化と、誰もが相談・支援を受けられる仕組みづくりが求められています。
- ③ボランティア活動への参加促進と、活動者の連携を深める事が求められています。

施設の適正な管理について

ア 施設の維持管理について

地域ケアプラザが誰にでも安心して利用できるよう「指定管理者における基本協定書」に基づき、施設の適正な維持管理を行います。

- ①日々の巡視点検を行うとともに整理整頓に努めます。
- ②利用者の皆さまからのご意見やアンケートを取り入れます。
- ③法令に基づく定期点検については併設施設である横浜市北部地域療育センターとの管理に関する覚書に基づいて実施します。
- ④施設・設備の破損や故障に対しては、速やかに修理等の対応を行います。

イ 効率的な運営への取組について

指定管理施設として経費の削減、資源の有効活用を心がけます。

- ①共有部分の保守業務は、北部地域療育センターと一括で契約します。
- ②消耗品購入等は、法人一括契約等により経費を抑制します。
- ③業務内容と経費等を総合的に鑑みながら必要に応じて業務の外注化をします。

キ 情報公開への取組について

- ①法人の運営状況については理事会・評議員会等の議事録を法人ホームページに掲載するほか、施設利用者に見ていただけるよう事業計画書・事業報告書等を閲覧用に設置します。
- ②施設の運営状況については、年2回の葛が谷地域ケアプラザ運営協議会において、委員の方々へ説明を行います。
法人の情報公開規程・規則に沿って迅速、かつ適切に取り扱います。(案件なし)
- ③保有している文書(電磁的記録物を含む)を対象とします。ただし、文書に個人のプライバシーや法令等の規則で公に開示できないものを明確にします。
- ④公開に際しては個人の不利益にならないようにします。
- ⑤施設概要やサービス内容について、常に最新の情報が提供できるよう決算書、個人情報取扱業務概要説明書、その他情報公開用資料を設置します。

ク 人権啓発への取組について

- ①基本的な姿勢として、全職員が日常業務において利用者の置かれている環境や現状を受け止めるとともに、十分な配慮を行えるよう努めていきます。
- ②職員全体研修で、人権研修を開催します。(年1回)

ケ 環境等への配慮及び取組について

- ①ヨコハマ3R夢推進のため、分別を徹底しゴミの少量化に努めます。外部に出す書類以外は裏紙を使用するなどの工夫を行います。ペットボトルキャップやプリンターナーの回収ボックスを設置し、利用者とともにリサイクルの意識向上をはかります。
- ②CO-DO30の方針に則り施設運営の省力化を勧めます。
「季節に合うライフスタイル」に関するポスターを掲示します。また、空調温度の基本設定を夏は28℃、冬は19℃とします。但し、施設利用者や来館者の年齢や体調等に合わせ、臨機応変に温度設定を調整します。

● 居宅介護支援事業

《職員体制》

- ・ 管理者 1人（常勤兼務）
- ・ 介護支援専門員 6人（常勤1人、非常勤5人＜予防兼務2人含む＞）

《目標》

- ・ 質の高いケアマネジメントを提供します。
地域のサービス情報を収集し、主任ケアマネジャーと連携しながら、本人・家族の希望に沿ったケアプランを作成します。
利用者の意思を尊重し、心身の状況や環境等に応じて可能な限り住み慣れた地域で自立した日常生活が遅れることを目標に居宅サービス計画を作成します。
- ・ 法令遵守を基本にサービス提供します。
介護保険法・行政指導内容を共有し、定期的に相互点検を実施します。
個人情報保護については、契約時に個人情報使用範囲を確認し、送付時・持ち出し時のダブルチェックとその記録を徹底します。
- ・ 介護支援専門員研修・外部、内部機関等による関係研修へ参加し、ケアマネジャーの資質向上を図ります。

《実費負担（徴収する場合は項目ごとに記載）》

利用者負担なし

《その他（特徴的な取組、PR等）》

地域ケアプラザの居宅支援事業部門として、地域における支援困難なケース等、積極的に地域包括支援センターをはじめとした区、医療、後見人など関係機関と連携し対応します。
地域包括システムの構築を視野に入れ、地域の課題の情報を包括にあげ連携します。

《利用者目標》

【単位：人】

4月	5月	6月	7月	8月	9月
125	126	127	128	129	130
10月	11月	12月	1月	2月	3月
132	134	136	138	139	140

● 介護予防通所介護事業

《提供するサービス内容》

利用者が自立した生活を営むために、運動器機能等の実施や身体的精神的レベルの維持向上を目標に、介護予防通所介護計画に沿って、次のサービスを提供します。

- ①生活指導（相談援助等） ②運動器機能向上訓練 ③介護サービス
④健康状態の確認 ⑤送迎 ⑥給食 ⑦入浴

《実費負担（徴収する項目ごとに記載）》

- ①1割負担分（要支援1）1,766円/月（要支援2）3,621円/月
②口腔機能向上加算 161円/月
③運動器機能向上訓練 242円/月
④体制加算Ⅱ（要支援1） 26円/月（要支援2） 52円/月
⑤食費負担 800円/回
⑥介護職員処遇改善加算Ⅰ 介護報酬の総単位数に1000分の40を乗じる

《事業実施日数》 週7日

《提供時間》 10:15 ~ 15:20

《職員体制》

- ・管理者 1人（常勤）
- ・生活相談員 4人（常勤・非常勤）
- ・看護師（機能訓練指導員兼務） 5人（非常勤）
- ・介護職員 14人（非常勤）
- ・送迎運転員 4人（非常勤）
- ・調理員 5人（委託職員）

《目標》

- ①法令遵守を基本とし、利用者のニーズを受け止め個別性を大切にした通所介護計画を作成します。
- ②社会福祉協議会が運営する通所介護として、地域の要介護者やその家族の要望に応えられるよう質の高いサービスの提供に努めます。
- ③介護保険法を正しく理解し、根拠をもって業務にあたるよう所内研修を実施し、資質の向上に努めます。
- ④個人情報漏洩事故のないよう、職員一人ひとりが意識をもって取扱します。
- ⑤利用者の情報、介助方法・援助方法の共有と職種間の申し送りの徹底および業務の一般化を図ります。

《その他（特徴的な取組、PR等）》

- ①職員同士の連携やチームケアを意識した取り組みとして、ケアマネジャーとの連携を強化します。
- ②マニュアルをもとに全職員がスキルチェックを行い、職員の育成や研修計画に活かして、個々の職員のスキルアップを図ります。
- ③個別性を尊重し、少人数によるレクリエーションを実施します。

《利用者目標（契約者数）》

【単位：人】

4月	5月	6月	7月	8月	9月
22	20	19	20	19	20
10月	11月	12月	1月	2月	3月
19	22	24	22	20	19

【都田】

- ・地区社会福祉協議会役員会参加（開催に応じて）
- ・地区民生委員児童委員協議会定例会参加（毎月）
- ・第3期地区別地域福祉保健計画推進の支援
- ・地区社協事業支援
 - 子育てサロン運営支援（隔月）
 - ほのぼの健康教室支援（隔月）
 - ボランティアたうん都田
- ・災害時要援護者支援「つだそなえ」支援
- ・地域支えあいネットワーク事業
- ・保活によるふれあい会（子育て・ウォーキング・グラウンドゴルフ）の支援
- ・単位町内会での子育てサロンへの支援

【荏田南】

- ・地区社会福祉協議会定例役員会参加（毎月）
 - 「荏田南地区の福祉を語る会」の支援（毎月）
- ・第3期地区別地域福祉保健計画推進の支援
 - 認知症ミニ講演会の支援
- ・団体運営支援
 - 荏田南支えあい（EMS）にこにこサロン（月1回）
 - かばさんの絵画教室（認知症・障害支援）（月2回）
 - ほほえみ交流カフェ（月1回）
- ・災害時要援護者支援「つづきそなえ」支援
- ・にこにこサロン支援（毎月）
- ・かばさんの絵画教室支援（月2回）
- ・元気づくりステーション「ポコふれんず」支援
- ・支え合いマップによるご近所福祉の推進

【洪沢】

- ・地区社会福祉協議会定例会への参加（毎月）
- ・地区民生委員児童委員協議会定例会への参加（不定期）
- ・第3期地区別地域福祉保健計画推進の支援
- ・洪沢赤ちゃん会の支援（月1回）
- ・災害時要援護者支援「つづきそなえ」支援
- ・井戸端サロンへの参加

【ふれあいの丘】

- ・連合自治会会議／地区社会福祉協議会会議への参加（毎月）
- ・第3期地区別地域福祉保健計画推進の支援
- ・地区民生委員児童委員協議会参加（毎月）
- ・ふれあいの丘地区災害時要援護者支援
 - 「つづきそなえ」支援
- ・地区社協実施サロンの支援（月3回）
- ・地区社協事業（スポーツ・子育て・高齢者）支援
- ・地域支えあいネットワーク事業

【柚木荏田南】

- ・地区社会福祉協議会役員会への参加（毎月）
- ・地区社会福祉協議会定例会への参加（毎月）
 - ささえ合いマップにより個別ニーズ把握事業の支援（月1回以上）
- ・第3期地区別地域福祉保健計画推進の支援
- ・介護予防・居場所づくり事業「吹き矢講座」の支援（年3回）

3 自主企画事業

地域住民が中心となって活動するボランティア活動や当事者による自主活動に対し、継続的に支援を行います。ケアプラザ主催事業においても常に地域との協働を意識し、参加者と地域がつながる事業を行います。

<高齢者支援事業>

- ①ふれあいポッチャ、編み物サロン（2回/月）
高齢者の居場所づくりを目的に実施します。
- ②はまゆうへの協力（第1・第3水曜日）
高齢者対象のボランティアによる配食サービス活動の支援を行います。

<障害児者支援事業>

- ①くずがやゆめひろば（7月・3月の年2回）
障害児の余暇活動支援ならびに保護者と地域活動者との懇談会を開催します。地域住民（5地区社協）と当事者を中心としたに実行委員会形式で運営し、区社協と共に事務局を担います。
懇談会から出た個別ニーズを地域が支援する取組みとして発展する内容を検討します。
- ②ハッピーアワー&ハッピーバンド
（第1・第3金曜日ほか）
障害者同士の交流として毎月夕食会とバンド活動を実施します。バンド活動は定例のほか、年3回コンサートへも出演します。

<子育て支援事業>

- ①子育てサロン「きらきら」（第3金曜日）
母親同士が顔見知りになり、育児に関する情報交換などできる場の提供や育児相談を実施します。（協力：市立みどり保育園）
うち3回はふれあいの丘地区社協と共催イベントを行います。
うち2回は、都筑区子育て支援センターポポラと転入者向けイベントを開催します
- ②ママと赤ちゃんのための健康講座（6回/年）
ママと赤ちゃんのための離乳食の作り方や体操等。都筑区役所共催。【再掲】

<その他自主事業>

- ①「くずがや祭り2016」の開催（11月）
地域団体および障害者団体等の模擬店・自主製品の販売展示、クイズ等を行い、ケアプラザの周知をします。（参加者：約350名）
- ②健康啓発講座（3回/年）
ボランティアグループ健康サロンと共催し、都筑野菜を使用したメニューの講座を開催します。

<その他>

- ①地区センターと共催し、地域ケアプラザの紹介等を行い、切れ目のない支援が出来る体制づくりをします。（年2回）
- ②寄付文化の醸成を目的に、よこはま寄付本を継続実施。地域ニーズに対応する事業の拡大を検討します。（目標：累計2,000冊）

地域包括支援センター

1 総合相談・支援

総合相談

- ① 本人・家族をはじめ地域からの相談に対し、迅速で的確な対応を心がけます。
- ② 複雑かつ対応困難なケースについては区役所や他機関と調整し、問題解決に向け連携を図ります。
- ③ 相談者のニーズに添えるよう、インフォーマル情報をはじめとしたエリア内の情報を提供できるように情報整備を継続します。
- ④ 総合相談のあったケースの迅速な情報共有を目的に、包括ミニミーティングを毎朝行います。

〈相談受付予定件数〉

	1, 500件
◇電話相談	1, 000件
◇窓口相談	300件
◇訪問相談	200件

地域包括支援ネットワークの構築

- ① 毎月区地区担当職員と包括職員・生活支援及び地域交流職員が事業や地域情報等の情報交換や事例検討を行います。
- ② 包括支援センターの役割が周知でき連携が取れるよう、民児協の定例会・グループホームや小規模多機能ホームの運営推進委員会に参加します。
- ③ ケアネットつづきの世話役と協働して、研修や委員会を開催して介護保険サービス事業者・医療機関との連携を図ります。
- ④ 地域のサロンや老人クラブ・地区社協の事業等に参加して、相談しやすい関係を作ります。
- ⑤ 個別支援ケースから地域包括ケアシステムの構築に繋がるよう、区・介護保険事業者・医療機関・区社協・地域住民等の参加による地域ケア会議を開催します。

実態把握

- ① 各地区民生委員児童委員をはじめ、地域で活動する型から情報が得られるような関係を構築し、地域の現状を把握します。
- ② エリア内の高齢者専用住宅（マンション）の生活相談員や高齢者の多く住む集合住宅に対し、情報交換・連携強化を図ります。
- ③ 介護者のつどいを年10回開催し、初めて介護をする方に必要な知識を身につける場と介護者同士のつながりや情報交換の場づくりを通して介護者の実態把握を行います。

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

- ①地域の福祉関係者とのネットワーク構築のためエリア内のグループホーム及び、小規模多機能居宅介護施設等の運営推進会議に可能な限り参加します。
- ②各地区民生委員児童委員協議会の定例会、地域の老人クラブ・サロン等へ積極的に参加します。

医療・介護の連携推進支援

- ①介護保険サービス事業所連絡会「ケアネットつづき」に参加。今年度もケアマネジャー部会の窓口担当として区内5包括主任ケアマネジャー共同で部会の後方支援を行います。
- ②3包括共催で医師を講師とした医療をテーマとした研修（情報交換会）を年3回行います。6月・8月・10月実施予定。テーマの詳細については検討中。
- ③エリア内の居宅介護支援事業者を定期的に訪問し、ケアマネジャーとの情報交換を行い、相互に相談しやすい信頼関係の構築を目指します。

ケアマネジャー支援

- ①電話・窓口による相談に随時受付するとともに、事業や研修の周知をします。
- ②支援困難事例等への支援・助言・担当者会議の出席や同行訪問を行います。毎月1回地域包括職員と区職員とのカンファレンス時にケアマネジャーより支援が困難な相談を受けケース検討を実施します。
- ③区内5包括主任ケアマネジャー、区共催で新任・就労予定ケアマネジャー向けの研修を行います。（8月～9月）
- ④区内5包括共催事業としてケアマネジャーと病院医療連携室との情報交換会を実施する予定としています。（11月）
- ⑤ケアマネジャーが地域包括ケアシステムの構築に向け、プランニングに地域の社会資源を取り入れ、利用者が担い手とも成り得る社会を意識できるように、生活支援コーディネーターとの交流会を開催予定としています。（3月）
- ⑥居宅介護支援事業者への委託のケースは、今後も可能な限りサービス担当者会議に包括職員が参加し、介護予防プランの作成支援を行います。
- ⑦インフォーマルリストの更新については、今後生活支援コーディネーターと協同して、様式の見直し、印刷や配布方法も含めて実施していきます。

多職種協働による地域包括支援ネットワーク

- ①運営協議会等の場を活用しながら、包括単位で地域ケア会議を開催していきます。
- ②ケアマネサロンは奇数月に2包括で共催で、葛が谷ケアプラザの施設協力医を招いて行います。ケアマネジャーからの医療的な疑問の解消、地域の医師との顔の見える関係づくりの構築を目的とします。

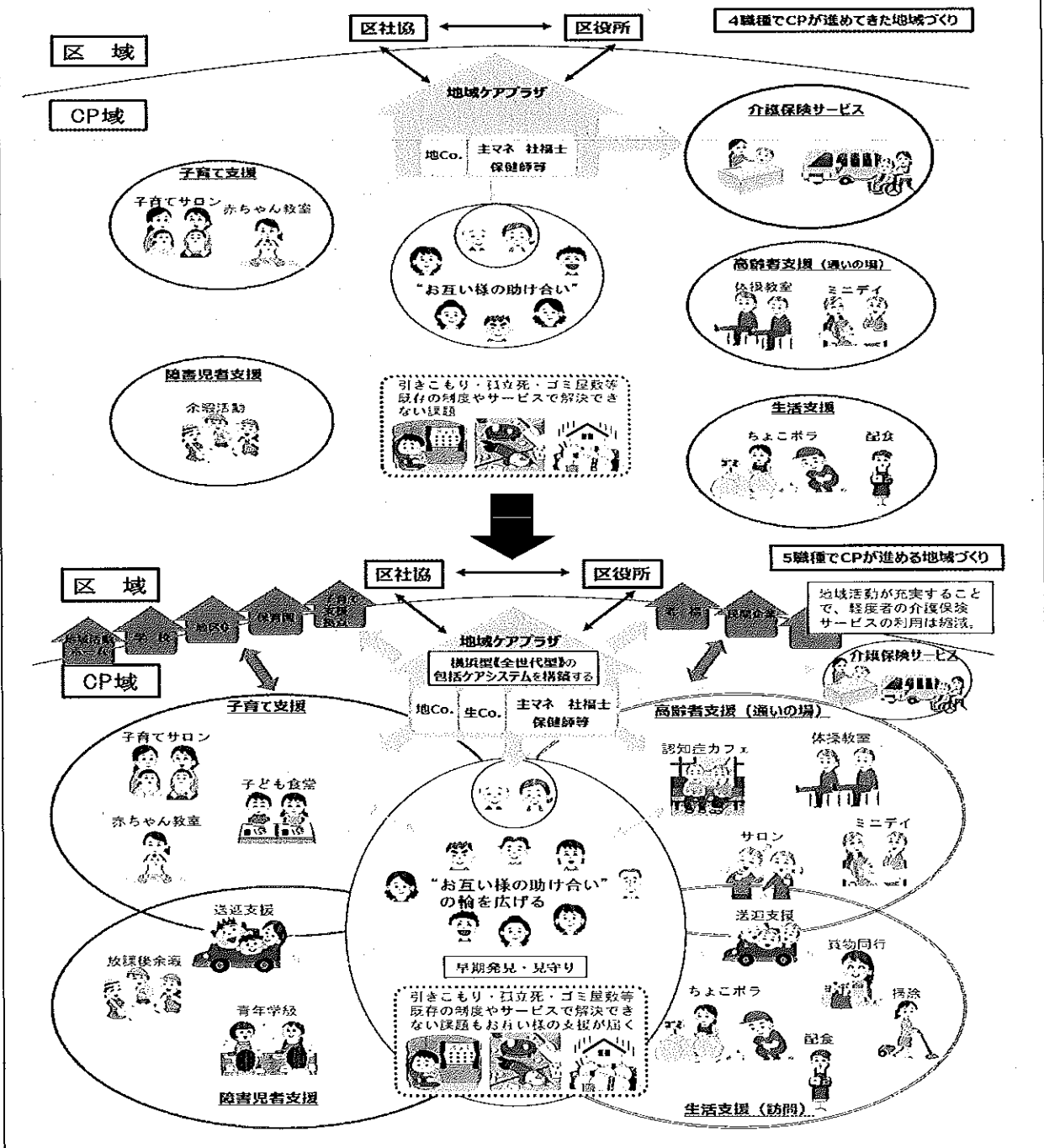
生活支援体制整備事業について

平成 27 年度から生活支援体制整備事業が開始され、平成 28 年 4 月から生活支援コーディネーターが配置されました。

図 1) のとおり生活支援コーディネーターの配置により、子育て・高齢者・障害者・生活支援などこれまで個々に行っていた活動が更に拡大・拡充することにより、関係機関や住民など地域の多様な主体が連携・協働することで、地域の福祉力を強化し「支え合いのまちづくり」を創出します。更に、支えられる側の人が支える側として活躍できる活動に参加し地域の役割を担うことで、その人の介護予防につながる取組も進めます。

また、区社協や区役所の支援ツールの活用など、それぞれの機関の特徴を活かし一体的に関わることで、子育てや高齢者など全世代を対象にした横浜型の包括ケアシステムの構築を目指します。

図 1) 生活体制整備事業における業務のイメージ



平成28年度 地域ケアプラザ収支予算書

平成28年4月1日～平成29年3月31日
(単位:千円)

施設名:葛が谷地域ケアプラザ

	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	生活支援
			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	15,328	28,520	151					5,789
	介護保険収入				16,314	20,339	55,693	3,776	
	その他								
	介護報酬								
	介護負担収入						5,810	377	
	食費収入						7,114		
	その他収入(研修受入)								
	収入合計(A)	15,328	28,520	151	16,314	20,339	68,617	4,153	5,789
支出	人件費	11,595	27,209		9,257	18,372	45,202		5,480
	事務費	2,313	1,760		47	157	455		
	事業費	326	100	151	7,520	1,773	18,169		309
	管理費	1,330	354						
	その他	-1,680	-1,659						
	施設使用料相当額								
	修繕費	474	126						
	42	630							
	支出合計(B)	14,400	28,520	151	16,824	20,302	63,826		5,789
	収支 (A) - (B)	928	0	0	-510	37	4791	4153	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(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様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 自主事業収支計画書

事業名	①募集対象	自主事業予算額					
	②募集人数	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
65歳からの若返り体操 からだ年齢マイナス10才を めざそう!	65歳以上	100000	100000	0	90000	1000	9000
	無し						
健康吹き矢講座	おおむね60歳以上	16000	16000	0	15000	1000	0
	15						
	無し						
地域ボランティア(体操講師) 養成講座	おおむね50歳以上	20000	20000	0	20000	0	0
	10						
	無し						
栄養・ 口腔ケア講座	65歳以上	7000	7000	0	5000	2000	0
	20						
	無し						
野菜 de 健康	おおむね50歳以上	8000	3000	5000	0	5000	3000
	10名						
	500円						
ボランティア 交流会	ボランティア	30,000	30,000	0	0	30,000	0
	30人程度						
	なし						
貸館利用団体 交流会	貸館利用団体	12,000	12,000	0	0	0	12,000
	50名						
	無し						
ふれあいポツチャ	一般・障がい者	0	0	0	0	0	0
	20人程度						
	無し						
編み物サロン	一般	12,000	12,000	0	12,000	0	0
	20人程度						
	無し						
くずがやゆめひろば	一般・障がい児	0	0	0	0	0	0
	15人程度						
	場合により						
ハッピーアワー	障がい者	30,000	10,000	20,000	10,000	10,000	10,000
	20人程度						
	無し(企画により)						
子育てサロンきらきら	一般	0	0	0	0	0	0
	20組程度						
	無し						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業収支計画書

事業名	①募集対象	自主事業予算額					
	②募集人数	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
ママと赤ちゃんのための健康講座	一般	0	0	0	0	0	0
	20組程度						
	無し						
くずがやまつり	一般	180,000	180,000	0	10,000	50,000	120,000
	350名程度						
	無し						
健康啓発講座	一般	15,000	12,000	3,000	0	15,000	0
	30名						
	100円						
ほほえみの会	一般	0	0	0	0	0	0
	10人程度						
	無し						
日々の暮らしに役立つ講座	一般	0	0	0	0	0	0
	30名						
	無し						
介護者のつどい	一般	10000	10000	0	10000	0	0
	20名						
	無し						
平成28年度権利擁護啓発講座・相談会	一般	0	0	0	0	0	0
	30名						
	無し						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業計画書

横浜市葛が谷地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
65歳からの若返り体操 からだ年齢マイナス10才をめざそう!	高齢者を対象に正しいストレッチ法や運動法の指導を行います。 講座終了後は自主グループ化を目指していきます。	【実施時期】 4月～6月 【実施回数】 全6回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
健康吹き矢講座	健康吹き矢を通して、健康の増進や介護予防の普及啓発を行うと共に、より身近な場所（自治会館）で地域住民と一緒に企画・運営をして実施することで地域活動者となることを目指します。	【実施時期】 9月～11月 【実施回数】 全6回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
地域ボランティア（体操講師）養成講座	・地域で運動講師ボランティアとして活躍できる人材を育成する。 ・地域の高齢者サロンや老人会で介護予防の要素を取り入れてもらうように、担い手に参加を促していく。	【実施時期】 8月 【実施回数】 全2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
栄養・口腔ケア講座	・都田地区の高齢者を対象に行う。 ・高齢期の栄養や口腔ケアの大切さを学ぶとともに介護予防についての普及啓発を行う。	【実施時期】 10月頃 【実施回数】 全2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
野菜 de 健康	農業を通じて介護予防普及の啓発に取り組みます。 また、高齢者（認知症の方など）の居場所や活躍の場として発展を目指す。	【実施時期】 4～9月 【実施回数】 全6回

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
ボランティア交流会	地域ケアプラザに関係するボランティア（団体・個人）の集まる機会を作り、日ごろの活動を讃え、情報交換や交流を図ります。	【実施時期】 1月 【実施回数】 1回

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
貸館利用団体交流会	地域ケアプラザ利用団体相互の顔の見える関係づくり、それぞれの活動の促進・交流、および団体同士のネットワークの構築を目的として、互いの活動を紹介し合える場としての交流会を実施します。	【実施時期】 10月 【実施回数】 1回

平成28年度 自主事業計画書

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ふれあいポッチャ	毎月第2水曜13:30～15:00 ポッチャ引きこもりがちな高齢者や障がい者の居場所づくり、仲間づくりを目的として開催します。	【実施時期】 通年 毎月第2水曜日 【実施回数】 年12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
編み物サロン	毎月第4水曜13:30～15:00 編み物引きこもりがちな高齢者の居場所づくり、仲間づくりを目的として開催します。	【実施時期】 通年 毎月第4水曜日 【実施回数】 年12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
くずがやゆめひろば	地域住民、当事者を中心とした実行委員会による障害児の余暇支援事業と障害児の保護者と地域関係団体との懇談会を行い、障害時世帯と地域のつながりづくりを行います。	【実施時期】 7月、3月 【実施回数】 4回（うち2回は顔合わせ）

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ハッピーアワー	障がい者余暇支援。毎月第1・3金曜夜間開催し、作業所終了後の居場所づくりを目的に実施します。 第1金曜17:00～は集合後弁当を購入し、食事後はカラオケ、トランプ等で交流します。 第3金曜18:30～はバンド活動。年3回程度の発表会に出演し、一般の方へ啓発を図ります。 定例会以外にボーリングやバンド発表会などに参加します。	【実施時期】 通年 毎月第1・3金曜日 【実施回数】 年25回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
子育てサロンきらきら	近隣の母親同士が顔見知りになり、育児に関する情報交換など育児ストレス軽減を目的とし、市立みどり保育園協力のもと、育児相談も行います。 基本的に第3金曜日午前開催。イベントなどは特に行わずフリースペースとし、母親同士が話す時間を多くとる事を目的としている。保育士から15分程度手遊びなどを行っています。	【実施時期】 通年 毎月第3金曜日 【実施回数】 年12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ママと赤ちゃんのための健康講座	区役所との共催事業として、子育て中の方々のお友達作りや赤ちゃん和妈妈のための健康づくりを目的とした育児支援事業として実施。離乳食講座と赤ちゃん和妈妈と一緒に楽しくからだを動かす内容で実施します。	【実施時期】 6月・8月・2月 【実施回数】 6回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
くずがやまつり	都筑ふれあいの丘祭り（都筑センター等共催）と同日に、葛が谷地域ケアプラザにて地域団体や障害関係団体に出店していただきお祭りを開催します。	【実施時期】 11月6日 【実施回数】 1回

平成28年度 自主事業計画書

事業名	目的・内容	実施時期・回数
健康啓発講座	地域の団体と共催し、一般区民向け健康啓発講座を開催。都筑野菜を使用したデザートや小松菜ジュースレシピ紹介などを行います。	【実施時期】 7月・9月・11月 【実施回数】 3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ほほえみの会	葛が谷地域ケアプラザエリアを対象として、介護保険や一般行政サービスでは対応できない日常のちょっとした困りごとの支援をします。また、ボランティア活動を通し地域社会との交流に寄与するとともに、会員同士の親睦を図ることを目的として実施します。	【実施時期】 通年 毎月第1月曜日 【実施回数】 12回（そのほかに依頼に応じて都度）

事業名	目的・内容	実施時期・回数
日々の暮らしに役立つ講座	主に男性の方を対象に、暮らしに役立つ学びを通じて、仲間づくりと自分たちの住んでいる「地域」を知ってもらい、地域活動のきっかけづくりの場として開催しました。	【実施時期】 7月、9月 【実施回数】 2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
介護者のつどい	これから介護をしようとしている方、介護を始めたばかりの方が介護保険や利用できる行政制度、施設、地域の社会資源等の講座を開催します。また、経験のある介護者との懇談会をもちリラックスした雰囲気の中でピアカウンセリングを行い、介護の不安・負担を軽減する場の提供をします。	【実施時期】 各月（4月8月休み） 【実施回数】 年10回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
平成28年度 権利擁護啓発講座・相談会	複雑な権利擁護の制度について弁護士の先生（11月）や行政書士の先生（1月）にわかりやすくお話していただき、もしもの時に備えてもらうきっかけ作りをするとともに、普及・啓発を図ります。	【実施時期】 11月、1月 【実施回数】 年2回