

# やまなみ



釜利谷地域  
ケアプラザ HP



  
Instagram

令和7年12月1日発行

社会福祉法人 すみなす会  
横浜市釜利谷地域ケアプラザ  
金沢区釜利谷南2-8-1  
発行責任者 今坂 多美子

## トピックス

### 釜利谷小学校 5 年生福祉授業

10月9日(木)に釜利谷小学校の5年1組の皆さんが、福祉授業で釜利谷地域ケアプラザに来館されました。当日は、2グループに分かれて、デイサービスの利用者さんと施設内の広場まで一緒に歩き、歌を歌ったり、ローズマリー摘みなどをする交流や、ゲーム、質問コーナーを行いました。利用者さんも職員もとても楽しい時間になりました。釜利谷小学校5年1組の皆さん、ありがとうございました。



## 地域包括支援センターからのお知らせ

介護者のつどい 医療講演会  
特別企画 認知症予防講演会

### 「認知症の理解と予防」

日にち:令和8年1月27日(火)  
時間:10:00~11:30  
場所:釜利谷地区センター 中小会議室  
受講 無料 定員 30名  
講師:相模原南病院  
精神科 中村 紫織 先生  
対象:金沢区にお住まいのおおむね65歳以上の方



### かまりやサロン ～認知症カフェ～



|                   |                |
|-------------------|----------------|
| ・12月25日(木)        | ・1月22日(木)      |
| 場所:釜利谷地域ケアプラザ     | 場所:カフェ・ドウ・アミー  |
| 時間:10:00~11:30    | 時間:10:15~11:30 |
| 参加費:無料            | 参加費:300円       |
| ※申し込み不要           | ※要申し込み         |
| 対象:認知症の方とご家族      |                |
| 内容:認知症についての話、情報交換 |                |
| お気軽にご参加ください。      |                |

各事業に参加ご希望の方は、事前に電話または来所でのお申込をお願いします。

釜利谷地域ケアプラザ ☎ 045-788-2901

## 釜利谷のお守り かまもりホルダー



「かまもりホルダー」は、外出先で倒れた！  
急に帰り道を思い出せなくなった！万が一の事態に備えるためのキーホルダーです。  
地域みなさんどなたでもご利用いただけます。  
お気軽にお問い合わせください。

受付時間:平日・土日祝日 9:00~16:00

☎ 045-788-2901



# 12月・1月の開催事業のご案内

## 月曜日には体操を

- ・12月8日(月) 受付中
- ・1月26日(月)12/8～受付

時間:10:15～11:15

参加費:300円

定員:15名

講師:横浜市スポーツ協会

転倒、ロコモ、フレイル予防

簡単なストレッチ  
中心です。



## ダンス&ヨガ

- ・12月13日(土) 受付中
- ・1月10日(土) 12/13～受付
- ・1月24日(土) 1/10～受付

時間:13:30～15:00

参加費:500円

対象:16歳以上の方 15名

簡単なダンスとやさしいヨガ

※高齢の方でも無理なくご参加いただけます。

暗くするので周りは気になりません



## 一緒に歌を歌いましょう!

- ・12月19日(金) 受付中
- ・1月16日(金) 12/19～受付

時間:13:30～14:45

参加費:400円

定員:25名

童謡、唱歌、フォークソングなどを  
楽しく歌いましょう。



## きぐちゃんのからだ遊び・こころ遊び

### 麦わら帽子クラブ

- ・12月10日(水) 受付中
- ・1月14日(水)12/2～受付

時間:10:15～11:15

1～4歳児と保護者

参加費:無料 定員 12組

・手遊び・ムーブメント・バルーン

絵本の読み聞かせなど



## 親子で楽しむ おはなし会

- ・12月15日(月) 申込不要

時間:11:30～12:00

対象:どなたでも

参加費:無料

申し込み:不要

絵本、わらべ歌、手袋人形など。

内容は子ども向けですが、  
大人の方でもご参加いただけます。



## リズム体操遊び

### Moo-Mooクラブ

- ・12月22日(月) 受付中
- ・1月27日(火)12/2～受付

時間:10:15～11:15

1歳半～6歳児と保護者

参加費:無料 定員 12組

親子リトミック

体を使ったゲームなど



## 今日は犬の日

- ・12月9日(金) 受付中

時間:14:00～14:30

参加費:無料

定員 15名

セラピー犬として活躍している

犬と一緒に癒しのひと時を

過ごしませんか。



## プラレール広場

- ・12月26日(金) 受付中

時間:10:00～11:30

(11:15～お片付け)

定員:10組

参加費:無料

他にもミニカーや乳幼児用おもちゃ、

おままごとセットなどもあります。



## はりねずみのお針箱

- ・1月28日(水) 受付中

時間:12:30～14:30

参加費:無料

定員 18名

手芸、折り紙、トランプやオセロ

など。

おしゃべりだけでも大歓迎です。



## 出張医療講座

神奈川県立循環器呼吸器病センター出張医療講座

### 「感染症を予防する食事」

日時:令和8年1月28日(水) 14:00～15:30

会場:釜利谷地域ケアプラザ 2F 多目的ホール

講師:神奈川県立循環器病呼吸器病センター

栄養管理科 熊谷 美優 氏

参加費:無料

申し込み:令和7年12月17日(水)～ 定員 30名

申し込み先:釜利谷地域ケアプラザ

☎:045-788-2901

主催:釜利谷地区保健活動推進委員会

共催:横浜市西金沢地域ケアプラザ・横浜市釜利谷地域ケアプラザ





## カモミール

・12月19日(金)

・1月16日(金)

対象:主に釜利谷地区在住で、普通級籍で  
支援の必要なお子さんのママ、支援学級・  
支援学校に在籍のお子さんのママ

困ったこと、心配なこと、進路のことなどについて  
一緒におしゃべりしませんか?

「ゆるいつながり」をモットーに活動しています。

会費・役員はありません。

お問い合わせ連絡先:

[chamomile.kamariya@gmail.com](mailto:chamomile.kamariya@gmail.com)

カモミール 代表: 久保

発達に心配のある  
子どもを持つママの  
ためのおしゃべり会

## 子育てフリースペース

### 釜利谷“親子ほっとサロン”

・12月15日(月) ・1月19日(月)

時間:10:00~11:30

釜利谷子育て連絡会では、乳幼児から未就園児を持つ  
お母さん方で、これから友達をつくりたい人やちょっと  
”ほっと”したい人などを対象に、定期的に「親子ほっと  
サロン」を開催しています。

主催:釜利谷子育て連絡会(釜利谷地区社会福祉協議会)

共催:釜利谷地区連合町内会

釜利谷地区民生委員児童委員協議会及び保健活動推進委員会

後援:金沢区役所・金沢区社会福祉協議会

横浜市西金沢地域ケアプラザ・横浜市釜利谷地域ケアプラザ

この事業は「赤い羽根共同募金、及び金沢ふれあい助成金」に  
より実施しております。

親子で“ほっと”する  
時間を持ちませんか?

## 各種ボランティア活動

### ◆シニアボランティア

・対象:65 歳以上

・内容:デイサービスや釜利谷地域ケアプラザの  
敷地内でのボランティア活動

※麻雀、将棋、園芸などにご興味ある方大歓迎です!!



### ◆ひこうき

・対象:障害のある中学生から 23 歳まで

・内容:身近な社会のしくみ体験とライフスキル支援  
釜利谷地域ケアプラザ内でボランティア活動を  
1時間程度行くとポイントがたまり、商品等と交換  
できる制度です。



### 手話・筆談対応について

釜利谷地域ケアプラザでは、  
各事業、相談について手話や筆談にて対応  
します。

手話対応ご希望の際は、  
予めご連絡をお願いします。

FAX:045-788-2906

E-mail:careplaza@suminasu.or.jp



お問合せ・申込みは「横浜市釜利谷地域ケアプラザ」まで

〒236-0045 横浜市金沢区釜利谷南 2-8-1

TEL 045-788-2901 FAX 045-788-2906

ホームページ <https://www.suminasu.or.jp/kamariya/>

最寄りのバス停:白山道 または パークタウン東

### ○開館時間

月 ~ 土 曜 日 9:00~21:00

日曜・祝日 9:00~17:00

### ○休館日

毎月第1月曜日

年末年始(12/29~1/3)

釜利谷地域

ケアプラザ HP



Instagram



ご不明な点など、  
お気軽にお問い合わせください。



### 休館日のお知らせ

12月1日・29日・30日・31日

1月1日・2日・3日・5日

# 横浜市釜利谷地域ケアプラザへようこそ



## 地域包括支援センター

保健師・看護師・社会福祉士・主任ケアマネジャーが、総合的な相談や介護予防支援、地域向けの出張講座などを行い、地域の皆さまの生活をサポートします！

まずはケアプラザにお問合せください。



## 生活支援体制整備事業

地域の中での支え合い活動を推進し、日常的な困りごとの支援や介護予防などを通じて、誰もが高齢になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けられることを目指す事業です。地域の皆さまと一緒に「身近な支え合いのしくみ」について考え、実際の活動づくりを進めていきます。



## 居宅介護支援事業

釜利谷地域ケアプラザでは、5名のケアマネジャーが介護保険サービスをはじめ、さまざまな制度を組み合わせ「住み慣れた家でその人らしく暮らし続けること」を大切に一人ひとりに合った計画(ケアプラン)を作成します。



## 地域活動交流事業

地域で暮らす、子どもから高齢者、障がい者など全ての方々が孤立することなく、暮らしやすく、「自分らしく生きる」ための支援として、各種講座やイベントの企画、地域の皆さまの情報交換や交流、福祉・保健活動などの場として、お部屋の貸し出しを行います。

また、それらの活動を発信するために、広報紙やチラシの作成を行っています。



## デイサービス

介護保険のサービスで、日帰りで利用できる施設です。

食事・入浴・リハビリ(家事動作・運動)など住み慣れた自宅で健康的な生活が続けられるよう、支援しています。

季節などに応じて様々なイベントも行っています。

ぜひ見学にいらしてください！！



お気軽にご相談ください！



## お部屋の貸し出し

- ・多目的ホール
- ・ボランティアルーム
- ・地域ケアルーム
- ・調理室

※条件によっては有料となります。

団体登録の必要があります。

趣味のグループ、サークル活動、自治会や組合の会合などにお役立てください。

## 車いすの無料貸し出し

原則最長2週間で車いすの貸し出しを行っています。

自走式、介助式が選べます。

※貸し出し状況によっては選べない場合もあります。





# 釜利谷地域ケアプラザ デイサービス通信 令和7年冬号



● 12月18日  
● 14時頃に  
開催です。

釜利谷地域ケアプラザデイサービスでは、利用者の皆さまが心もからだも元気になっていただけるようなプログラムやイベントを多数ご用意しています。  
是非ご見学にいらしてください。

## ※※※ デイサービスイベント おたのしみおやつ

りんごの森のパンを買おう！

釜利谷地域ケアプラザデイサービスの新しいイベントのご紹介です。

当法人すみなす会が運営する「地域活動ホームりんごの森」（能見台）で焼かれた様々な種類のパンの中から「これが食べたい！」と思うものを選んでチケットで購入していただきます。

ふだんで自分で買い物をする機会も少なくなっている中「どれにしようかな」と迷うのも楽しみの一つです。

購入したパンは淹れたての珈琲とともに喫茶コーナーでゆっくり味わっていただきます。

地域の方もぜひ、お気軽にお立ち寄りください。

（数に限りがございます。品切れの際はご容赦ください）





# 純喫茶 かまりや

デイサービス利用者さんが挽いた豆で淹れた珈琲と美味しいケーキを、喫茶コーナーでいただきます。

懐かしい喫茶店に出かけたような気分になっていただきます。

純喫茶かまりや開店です。

12月は25日（木）14時～15時開催です。

地域の方も是非お越しください。  
淹れたての美味しい珈琲を提供いたします。



イベント開催日、その他の情報は  
Instagramをご覧ください！



お問い合わせはお気軽に！  
横浜市金沢谷地域ケアプラザ  
デイサービス

**045-788-2901**

担当：棚田・鈴木・相川



**ボランティアさん募集！**  
麻雀できる方、お話好きな方など  
お気軽にお問い合わせください