



星川地域ケアプラザ イメージキャラクター「ほっしいー」

発行：福)横浜市福祉サービス協会
 横浜市星川地域ケアプラザ
 住所：横浜市保土ヶ谷区川辺町5-11
 TEL：333-9500 FAX：340-2100
<http://www.hama-wel.or.jp/office/hoshikawa/index.html>
 発行責任者： 所長 大和田 佳恵
 地域交流版 第142号 R7年4月1日発行

貸室利用のご案内(4/1現在)

ご来館の際には、マスク着用のご協力をお願いいたします。

【貸室利用時間】

午前 9:00~12:00 午後1 12:00~15:00
 午後2 15:00~18:00 夜間 18:00~21:00

※ 消毒作業を行うため、終了時間の30分前までに部屋の片付けと消毒を終えて、1階事務所へご連絡ください。確認いたします。

【予約方法】

- ・ 貸室の予約は、窓口のみの受付です。
- ・ 夜間の予約は、利用希望日の前月12日までにお申し込みください。(例：5月の夜間利用希望は4月12日まで)

【貸室基準】

多目的ホール	50名
ボランティアルーム	12名
地域ケアルーム	10名
調理室	10名



～退職職員のご挨拶～

短い間でしたが、星川地域ケアプラザ デイサービス相談員として関わらせて頂き、様々な経験をさせて頂きましたことを心より感謝申し上げます。

一身上の都合によりこの地を離れますが、皆様のさらなるご健勝とご活躍を心よりお祈り申し上げます。

今まで本当にありがとうございました。

お世話になりました



デイサービス生活相談員
新田 弘貴

横浜市星川地域ケアプラザ ☎333-9500

お願い 複合施設「かるがも」には、駐輪場がありません。公共交通機関をご利用ください。

介護者の集い

ホッとするつどい

ご家庭で介護されている方同士おしゃべりしませんか？
 介護のことで、一人で悩んでいませんか？
 お茶でも飲みながらお話ししましょう。
 介護を終えられた方も、お待ちしております。

【日時】 毎月第2火曜日 10:00~11:30
 (休館日等の場合は翌日等に振り替えます)
4月8日、5月13日

【場所】 星川地域ケアプラザ
 【参加費】 無料
 お飲み物は自己負担となります。
 ※ 事前にご予約をお願いします。

サロンほしかわ

趣味を通じた交流の場です。
 年齢を問わず、どなたでもご参加頂けます。
 毎月火曜日に開催します。第1火曜日が折り紙、第3火曜日が習字です。

開催日時	折り紙	13:30~15:30
	習字	12:30~14:30
折り紙	4月1日	5月6日
習字	4月15日	5月20日

- 【参加費】 200円
- ・ 道具は、持参してください。
 - ・ 折り紙は、ハサミ、ポンド、のりをお持ちください。
 - ・ 習字は、習字セットと新聞紙をお持ちください。半紙と墨汁は用意しています。
- ※ 事前申し込みをお願いします。

吉田クリニック 吉田雅伸医師による 無料医療相談

星川地域ケアプラザの協力医による無料の医療相談です。
 健康についての不安など、お気軽にご相談ください。

【日時】 4月21日(月) 5月12日(月)
 13:30~14:20
 *お一人様20分程度

【対象】 どなたでも
 【受付】 要事前予約
 (電話または窓口にて受付)
 【場所】 星川地域ケアプラザ 相談室

布おもちゃの貸し出し

温もりあふれる手作りの布おもちゃで遊んでみませんか！



フルーツボックス

【貸出期間】 1週間(貸出無料)
 【貸出数】 個人：1つ、グループ：2つまで
 【受付】 星川地域ケアプラザ 1階受付

布おもちゃ制作：布おもちゃ制作グループ「ちくちく」



さかなつり



飾りは外せます
クリスマスツリー



鬼的的当て



はたらくくるま



皮がむける果物



野菜と仲間たち

横浜市星川地域ケアプラザ ☎333-9500

お願い 複合施設「かるがも」には、駐輪場がありません。公共交通機関をご利用ください。

みんなには

横浜市星川地域ケアプラザです

誰もがいつまでも住み慣れたまちで暮らし続けていけるよう、
ケアプラザは皆さんの暮らしを応援しています。



地域包括支援センター

保健師・看護師

- ・介護予防
- ・健康づくり

主任ケアマネジャー

- ・介護保険のこと
- ・地域のネットワークづくり

社会福祉士

- ・総合相談
- ・権利擁護

地域交流コーディネーター

- ・様々な事業の実施
- ・活動場所(貸室)の提供
- ・ボランティア活動を支援

生活支援コーディネーター

- ・介護予防の推進
- ・社会参加の機会作り
- ・生活支援の仕組み作り

地域活動交流事業 生活支援体制整備事業

地域包括支援センター：地域の身近な相談窓口です。

- お住まいの地域により、相談できるケアプラザが決まっています
星川地域ケアプラザの担当地区：川辺町、天王町、星川1～3丁目、
峰岡町1～2丁目、宮田町、明神台
- 来所相談の際は事前のご連絡をお願いいたします
電話番号：045-333-9590（相談専用）



些細な目の違和感を放置していませんか

ケアプラザ協力医(吉田クリニック)
吉田 雅伸 先生



ものが見えづらい、ぼやけて見える、かすむなど些細な目の違和感を感じることはないでしょうか？視覚から得る情報は外界から得る情報の約8割といわれています。視覚からの情報が制限されることで、生活に影響することはもちろんのこと、認知機能低下やうつ病の発症に繋がることもわかっています。現代人の生活はデジタル機器の駆使で絶え間ない情報や映像に触れ、利便性が高まる一方で、目を酷使する時間が増えたため近視になる人が増え、目の病気のリスクが高まっています。特に40歳からは目の病気のリスクが高まっていくと言われており、進行しても自覚症状に現れにくい病気もあります。



失明リスクが高い4大疾患として、緑内障、網膜色素変性症、糖尿病性網膜症、加齢黄斑変性症があります。これらの病気の多くは視力が低下したり、出血するなど進行した状態で初めて病気に気づくことがあり、視力が回復しないこともあります。

目の病気も早期発見早期治療が極めて重要です。40歳になったら是非眼科検診を受けましょう。

4月の自主事業&支援事業イベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1 サロンほしかわ 「折り紙」	2 中央地区おたのしみ会	3 かるがも健康体操教室	4 布おもちゃ制作グループ「ちくちく」	5
6	7 星川おとなの部活 「ゆる体操部」	8 あみあみスターズ®	9	10	11 布おもちゃ制作グループ「ちくちく」	12
13	14	15 サロンほしかわ 「習字」	16 中央地区配食ボランティア	17	18	19
20 音読倶楽部	21 無料医療相談 星川おとなの部活 「ゆる体操部」	22 散歩倶楽部 あみあみスターズ®	23	24	25	26 ほどがや おもちゃ再生館
27	28 休館日	29	30			

貸室登録団体活動紹介

会員
募集中

ヨガサークルひまわり

障害のある親子向けのサークルですが、一般の方も参加できます。交流と健康維持を目的としたヨガサークルです。

ヨガレッスンを月2回行うことで、心身ともにリフレッシュし、健康維持が図れます。

もしご興味がありましたら、ぜひ見学にお立ち寄りください。

【日 時】 4月7日(月) 12:30~13:30
4月23日(水) 12:30~13:30

【場 所】 星川地域ケアプラザ2階 多目的ホール

【内 容】 ヨガレッスン

【参加費】 1,500円/回 (講師料・材料費)



連絡先：石原さまメールアドレス
himawari0607@gmail.com

横浜市星川地域ケアプラザのご案内

住所：横浜市保土ヶ谷区川辺町5-11
かるがも1階

TEL：333-9500 / FAX：340-2100

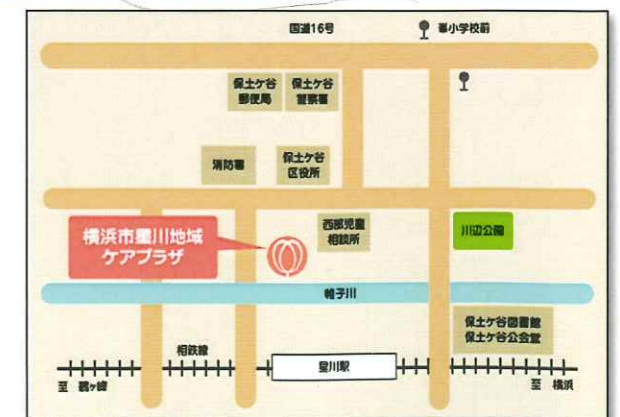
<http://www.hama-wel.or.jp/office/hoshikawa/index.html>

開館時間：月～土曜 9:00～21:00

日曜祝日 9:00～17:00

休館日：第4月曜日、12月29日～1月3日

*横浜市星川地域ケアプラザは、横浜市より委託を受けて、社会福祉法人横浜市福祉サービス協会が運営しています。



相鉄線星川駅北口下車 徒歩2分
バス 峯小学校前下車 徒歩5分

お願い 複合施設「かるがも」には、駐輪場がありません。公共交通機関をご利用ください。