

千羽鶴

地域版第102号 【令和8年度9月】

令和8年8月1日発行
発行：横浜市福祉サービス協会
横浜市鶴ヶ峰地域ケアプラザ
住所：横浜市旭区鶴ヶ峰1-38-3
【相鉄線 鶴ヶ峰駅下車徒歩約7分】
TEL：045（382）6070
FAX：045（382）6071
http://www.hama-wel.or.jp/office/
tsurugamine/
責任者：所長 神崎 さゆり



2026年7月より、お客様・職員のマスク着用は原則として個人の判断といたします
ただし体調不良時のご来館はお控えいただき、消毒・手洗い・換気等の基本的感染対策については、引き続きご協力をお願いいたします。

第4回 住民座談会

令和8年9月11日（金）
14:00～15:30

認知症や精神疾患との関連から、
地域での孤立防止・予防を一緒に考えてみませんか？

- ① 鶴ヶ峰の過去の事例から学ぶ地域での孤立防止・予防
- ② 自分の身の回りにある孤立とその防止・予防

【対象】 地域にお住まいの方

【内容】 1. 講話
『鶴ヶ峰の過去の事例・
精神疾患と孤立防止』

2. 座談会
【申込み】 ケアプラザに直接TEL
又は団体代表の方がまとめて申込み



なつかしいあの日の歌をもう一度♪
あの頃の思い出がよみがえるひとときです♪
昔なつかし歌声ひろば
9月15日（火）
10:30～11:45

対象：おおむね65歳以上の方
参加費：300円（保険料等）
講師：丸岡倫子先生
申込み：9月1日（火）10:00～
電話または来所にて



歌って、笑って、
おしゃべりして
楽しいひとときを♪



※オーラルフレイル予防等介護予防促進事業

9月

各事業の詳細はホームページまたはチラシをご覧ください。
ご興味がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

日	月	火	水	木	金	土
		1 貸室受付開始	2	3 ▽わかるがもサロン	4 ■◇ふれあいサロン	5 美文字講座申込
6	7 ■◇ローズサークル	8 リラックスヨガ申込	9	10 ■☆きゅきゅとピラティス	11 ■◎住民座談会 ■◎カルチャー広場	12 閉館日
13	14 ■◇ローズサークル	15 カルチャー申込 元気ダンス申込	16 ■△美文字講座	17 税理士申込 ピラティス申込	18 ■◇ふれあいサロン	19 ■◎司法書士相談会
20	21 ■◇ローズサークル	22	23 ▽☆カフェdeらん	24	25 ■◇ふれあいサロン	26
27	28 ■◇ローズサークル	29 ■◎リラックスヨガ ■◇元気ダンス	30			

◇65歳～○子ども・子育て世代◎どなたでも☆その他
■要事前申し込み ▼申し込み不要



カルチャー広場

9月 フットケアでリラックス

開催日：9月11日（金）
時間：13:30～14:30
講師：野崎ゆう子
(Relaxation Salon Oasis)
参加費：500円（オイル代・資料代）
申込み：8月17日（月）13:30～

10月 スマホ講座

開催日：10月9日（金）
時間：13:30～14:30
講師：横浜スマホ教室
参加費：500円（資料代他）
申込み：9月15日（火）13:30～

《事業のお問い合わせ・お申込み》

045 - 382 - 6070

・駐車場のご用意はありません。公共の交通機関をご利用ください。
・上履きと下足入れ袋をお持ちください。

《開館時間》

- 平日・土曜 9時～21時
(夜間利用がない場合は18時閉館)
- 日曜・祝日 9時～17時

※ご相談窓口は平日・土曜18時
日曜・祝日17時までです。

ホームページ、QRからご覧ください♪⇒





認知症クイズ王にチャレンジ!!

9月は世界アルzheimer月間です

認知症は、お父さん、家族を、友人を、ご近所の知の人を、誰かを失うような身近なものですね...! あなたは認知症のホントのこころ、どのくらい知っていますか?!

1 15年後、高齢者の何人にひとりか認知症にかかるでしょうか?

- A. 10人にひとり
- B. 5人にひとり
- C. 3人にひとり



答えはC!

お父さん、お母さん、おじいさん、おばあさんが認知症にかかる確率です!(栗飯原認知症家族会)

認知症は特別なもののではなく、日常のその先に誰かを失うような身近なものです。決して、他人ごとではないんです!!

2 認知症になったら生活はどのように変わりますか?

- A. 価値感や考え方が変わります
- B. 趣味だった編み物を続けられなくなります
- C. 感性が変わり、好きなものの気持ちがなくなってしまう

答えは、すべて×です!

「認知症になったらすべてが分からなくなってしまう!」「もう終わりだ(バ)」と思いませんか? いま本当は、その人が大切にしていた価値観や感性、好きなものの気持ちが、認知症になっても残っているのです。ただ、周りからそれらを大切にしていられなくなってしまうだけです!

3 <雑問!> 認知症の方が、自宅にいかにも聞かれます。「家に帰らなさい。ここは私の家じゃないの。」と苦言を吐かれます。どう対応するのがいい?

- A. 「ここがあなたの家ですよ」と正しい情報を教えてあげよう
- B. 本人の安全を優先して「違う家だ」と言って逃がす
- C. 「じんは家の人ですか?」と本人の世界に入り込んで話を聞いてあげよう

答えはC! 迷惑するかもしれませんが!!

認知症の方は、記憶や興味に乏しく、時間や場所が分からなくなったりすることがあります。そんな時に、お父さん、お母さん、おじいさん、おばあさんが、不安に感じています。現実ではない話を、まずは「そのとおりですね」と承認することが、認知症に悩む人を救う一歩になります。

地域包括支援センターより

地域包括支援センターは地域の皆様の身近な【福祉総合相談窓口】です。



げんりようご

権利擁護コラム 第2回

権利擁護の目的でもある『誰もが自分らしく安心して生活すること』とは相反して、昨今は高齢者を狙った詐欺事件が後を立ちません。



令和8年5月末時点、神奈川県内の特殊詐欺被害額は、

◆SNS型投資詐欺(約42億円)、◆ニセ警察詐欺、(約10億円)です。



その他、犯人にだまされて、自宅に保管していた現金を渡してしまう事案が多数発生しています!

鶴ヶ峰地区の目指すまちは、垣根のないまち/みんなにやさしい鶴ヶ峰です。日頃から互いの声かけ、孤立をなくして、見守り上手、見守られ上手になる事が被害を増大させない地域の皆さんが出来る取り組みの一步です。一人で抱え込まず、何か気になる事、周囲の異変に気付いたら地域包括支援センターへご連絡ください。

鶴ヶ峰地域包括支援センター 社会福祉士 若林・樽本

福祉に関する来所相談予約/オンライン相談(Zoom)のご案内

相談担当職員が訪問、相談、会議などで不在の場合がございます。

介護保険に関することやお困りごと等の、**ご相談で来所される際は、事前にお電話にてご予約ください。**

オンライン相談をご希望の方はメールにて地域包括支援センターまでご連絡ください。折り返しご相談の日程を調整させていただきます。■メールアドレス tsurugamine-hp@hama-wel.or.jp

【福祉に関する相談専用】 ☎ 045-382-6073

