



新年あけましておめでとうございます

- し 信頼いただけるケアプラザ
- ら 来館したくなるケアプラザ
- ね 年代を問わず利用の機会があるケアプラザ



し・ら・ねを合言葉に、地域の皆様のお役に立てるよう、
本年も職員一同で誠心誠意努力させていただき所存でございます。
皆様のご健康とご多幸をお祈りし新年のご挨拶とさせていただきます。

令和7年1月 白根地域ケアプラザ 職員一同

ケアプラザ 文化祭

ケアプラザ登録団体の作品展示・体験会です。
どなたでも参加できます。
ぜひ、お立ち寄りください♪

入場
無料

1月17日(金)10:00~16:00

1月18日(土)10:00~12:00

・すみれの会

・ハンドメイドの会

・白根リフォーム洋裁

・和布あそび

・色鉛筆画アトリエしらね

・ベル・フルール

・白根折り紙サークル

(体験コーナー有ります)

・遊書の会

・お習字クラブ

・白根俳句愛好会

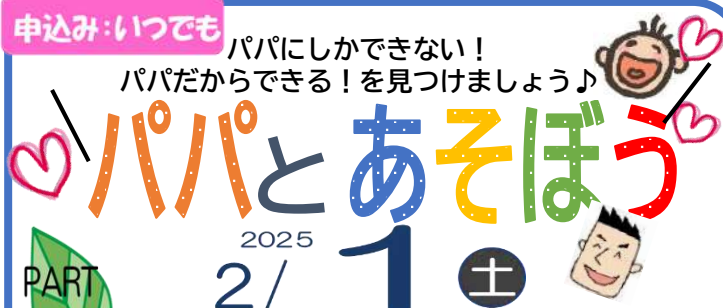
ケアプラザ開催の**事業、講座のお申込は** **申込み：10日～** **申込み：いつでも**

となります。ご不明な点がございましたらお問い合わせください。

お問合せ・お申込み **横浜市白根地域ケアプラザ** 045(958)2571

申込み：いつでも

パパにしかできない！
パパだからできる！を見つけましょう♪



2025
PART 2 / 1 (土)

2/1(土) 10:30-12:00

子どもにウケる！
絵本の読み聞かせ&「仕事×子育て」両立方法
講師：佐藤 浩史 氏(小1のパパ)

- 場所 白根地域ケアプラザ
- 対象 子育て中のご家族(0歳から未就園児) 父子のみ参加可
- 持ち物 飲み物・上履き・大好きなおもちゃ
- 参加費 無料
- 講師 NPO法人全日本育児普及協会 認定講師

申込み：いつでも



にこにこサロン

親子の交流サロンです。

床や壁に
落書きしちゃおう♪

1月21日(火)10:00～12:00

対象：0才～未就園児の親子

参加費：無料

持ち物：上履き・飲み物・タオル

汚れてもよい服装

■ 10:30～ 手あそび 読み聞かせ

(読み聞かせボランティアのみなさん)

■ 11:00～ 落書きしちゃおう♪

申込み：いつでも

～みんなの居場所～ 1月26日(日)

白根みらい食堂

毎月第4日曜日

次回は2月23日

参加費：小学生以下無料
中高生 ¥100 大人 ¥300
おかわり ¥100

場所：白根地域ケアプラザ

メニュー

- ★お豆イッパイカレー
- ★季節のデザート

11:30～13:30 定員50名

*事前予約制ですが、予約無でも可
(ケアプラザにお電話でお申込み下さい)

【白根地区社会福祉協議会支援：地域福祉保健計画推進活動】

白根かわら版 地域支え合い連絡会

令和6年11月28日(木) 実施

～ちょっとした気づきを大切に～

「地域の中での見守りについて」をテーマに、地域支え合い連絡会が開催されました。白根地区社会福祉協議会、白根地区の町内会自治会や老人会など地域団体・事業所、旭区役所・旭区社協・ケアプラザなどが出席。老人会や地域で自主的に行う交流など活動の機会を通じたつながりが、日々の見守りになっていることを確認しました。地域のあちこちで実施している見守りにつながる活動が**40個**も！(ケアプラザ調べ) 心強いつながりです。

見守りで「いつもとちょっと違うな・・・」「何かおかしい」と気づいたときどうしたらいいのか？も話題に・・・近所の人、民生委員、町内会自治会会長などに相談する、ケアプラザに連絡するなど、お互いが気にかけて、**気づきを共有することが早期発見と助けにつながる**と確認しました。



先着20名 健康体操

申込み：10日～

シニアの元気づくり教室



日時：令和7年1月30日（木）

開始：10：00～11：30 受付開始 9：45

場所：白根地域ケアプラザ

会費：無料

持ち物：飲み物 タオル 上履

講師：ハマトレサポーターズ・白根

講座内容

脳トレ

体を動かして脳の活性化をうながします

ハマトレ

横浜市が開発した高齢者のための
ロコモ予防体操

司法書士による

日時：令和7年2月13日（木）

13:30～14:30

遺言

場所：白根地域ケアプラザ

申込み：10日～

対象：どなたでも

定員：20名 参加費：無料

相続

- 子どもたちに争ってほしくない
- 残された土地に誰も住む予定がない
- 遺言書を用意しようか迷ってる
- とにかく基礎から教えてほしい



基礎講座

当てはまる方、ぜひ来てください。



毎月1回 日曜日開催

- 場所 白根地域ケアプラザ
- 時間 14時～15時30分
- 来場費 コーヒー代100円
- 事前予約なしでもご参加できます

誰でも参加可能な

「地域で認知症について学ぶカフェ」です。

淹れたてコーヒーやお茶を

皆さんで飲みませんか。

1月12日（日）（白根地域ケアプラザ）

認知症当事者によるバンド演奏

「ストロベリーパラダイス」

専門職による出張相談も併せて行っています。

地域包括支援センター

高齢者、子ども、障害児・者、生活困窮等の対象を問わず、医療や福祉などに関して、様々なご相談を承っています。必要に応じて、ご自宅訪問もさせていただきます。介護保険の申請を行うことができます。



☎958-2573

★ご予約下さい。



1月 今月のカレンダー

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	31	1	2	3	4 白根ゆうメロ倶楽部 15:30
年末年始閉館12/29~1/3						
5	6	7 歌って脳トレ 13:00	8 ★みんなであ エアロビクス	9 カフェ輪 12:00	10	11
12 スマイルカフェ 14:00	13	14	15 うたごえサロン 9:45 ★白根ケア大学 ★おしゃべり	16	17 ★ケアプラザ文化祭 10:00~ 16:00	18 ★ケアプラザ文化祭 9:00~ 12:00
19	20 ★行政書士個別 相談会	21 ★にこにこサロン	22 施設点検日	23	24	25 ★広報誌折りVO.
26 白根みらい食堂 11:30~13:30	27	28 白根スリーA フレンズ 13:30	29 ★チームオレンジ 交流会	30 ★健康体操	31	1



予約制 個別相談

真鍋協力医の 無料医療相談

認知症疑い、認知症について
の相談も承ります

先着2名 10:30~/11:00~
1月は9日(木)です。
白根地域ケアプラザ協力医 真鍋隆宏先生

救急車の話

真鍋先生のコラム

1800年代初めのナポレオン戦争において、傷病者を迅速に野戦病院に收容するための専用の馬車が起源と言われています。ちなみに、治療の優先順位を選別・決定するトリアージを始めたのもこの時だそうです。

日本では、救急車の運用は市町村が行っており、利用料金はかかりません。諸外国を見渡すと、救急車が無料な国は珍しく、調べ得た限りでは、日本・台湾（重症のみ）・香港（外国人を除く）・イギリス（ロンドンのみ）・イタリア（ローマのみ）・シンガポール（事故・緊急のみ）・ドイツ（ミュンヘン・医師が指示した場合のみ）となっており、無条件で無料な国は日本だけかもしれません。

日本の救急車の利用状況として主に以下の3点が挙げられます。①出動件数は増加傾向にある②半数は軽症（外来診療のレベル）③1回あたりの費用は45000円程度であり、年間で3000億円のコストがかかる。

では、有料化すればよいかというと、以下のようなデメリットが危惧されています。①生活困窮者が救急要請を躊躇する②有料・無料の区別が難しい③傷病者とのトラブルが増加する可能性④料金徴収等に係る事務負担の増加。

三重県松坂市では、2024年6月より、3つの基幹病院で、入院に至らなかった場合に7700円を徴収する制度を開始しました。開始後1か月で、救急車の出動件数が22%減少したとのこと。上記のようなデメリットが生じたのか、今後も注目されます。

救急車の適正利用を心がけて、世界で唯一の優しい制度を維持できればいいなと個人的には思っています。みなさんはいかがでしょう。