

## 横浜市宮崎地域ケアプラザ



### ハマノ愛生会の原点

昭和27年に産声をあげ、私どもは地域の皆様とともに歩んでまいりました  
創立68周年を迎え私どもが常に心に留めている事とは、創立時の素朴な心情、「困っている方がいれば何とかお役に立ちたい」という精神です



創立者 濱野三郎

二代目 濱野 穆(きよし)

三代目 宮内雅彦 現理事長

## 沿革

横浜市西区に特化している法人です

- 昭和 27年10月15日 医学博士濱野三郎からの土地・建物の寄付により養護施設  
ハマノ愛生園 開園
- 27年12月26日 養護施設ハマノ愛生園設置許可
- 52年 5月1日 特別養護老人ホームハマノ愛生園 開園
- 59年 5月1日 特別養護老人ホームハマノ愛生園新館(認知棟) 開園
- 平成 5年 5月1日 浅間台在宅支援サービスセンター 開所
- 12年 1月1日 横浜市宮崎地域ケアプラザ 開所
- 15年 3月1日 介護老人福祉施設戸部ハマノ愛生園 開園

## 理念

1. 人権尊重に基づいた環境整備
2. 質の高い安定した福祉サービスの提供
3. 地域の福祉文化の育成
4. 効率的経営の推進
5. 福祉専門職の育成

# ケアプラザの5つの機能

地域支援・高齢者支援・子育て支援・障がい者支援等地域に根ざした活動をしています

**地域包括支援センター**

**生活支援体制整備事業**

**地域活動交流事業**

**居宅介護支援事業所**

**デイサービス**

# 地域包括支援センター

# 地域包括支援センター

## 相談件数

・相談：来所/電話相談、訪問件数は毎月延べ100件程度

・町別の高齢者人口と地域住民からの相談件数を統計にまとめ、出張講座を開催する場所の工夫に活かしています

・地域住民から相談を受けた時、相談者が当事者の住所がわからなくても、「お風呂屋さんの向かい側」「〇〇会長の隣」などで分かる、地域に根差した関係が出来ています

平成30年度 四半期統計資料									
【第4地区】									
	赤門町	東ヶ丘	霞ヶ丘	西戸部1	西戸部2	老松	伊勢町1	伊勢町2	伊勢町3
人口	402	1280	1915	2203	3523	1491	749	453	
65歳以上人口(人)	121	266	494	599	883	320	189	114	
高齢化率(%)	30.1	20.78	25.8	27.19	25.06	21.46	25.23	25.17	
介護保険認定者数(人)	20	39	98			60			79
要支援認定者数(人)	4	10	28			14			22
要介護1認定者数(人)	2	5	15			5			11
第1期新規相談件数(人)	3	3	9	6	7	3	3	3	1
地域から		1	1	1	1				
第2期新規相談件数(人)	1	3	5	5	10	5	4		1
地域から					1	1			
第3期新規相談件数(人)		1	4	2	7	5	2	1	
地域から			1						
第4期新規相談件数(人)		1	3	5	7	1	1	2	
地域から					1			1	
75歳以上人口(人)	56	122	255	302	477	160	104	63	
【第一地区】									
	宮崎町	紅葉ヶ丘	花咲町	戸部1	戸部2	戸部3	戸部4		
人口	862	1084	1320	250	469	835	705		
65歳以上人口(人)	152	109	176	29	103	200	191		
高齢化率(%)	17.63	10.06	13.3	11.06	21.96	23.95	27.09		
介護保険認定者数(人)	17	8	28						
要支援認定者数(人)			9						
第1期新規相談件数(人)	1	5	2		2	3	1	14	0
地域から									
第2期新規相談件数(人)	4			1	1		1	7	0
地域から									
第3期新規相談件数		1	2		6	1		10	0
地域から									
第4期新規相談件数		2			1	2	5	10	0
地域から									0
75歳以上人口(人)	74	41	100	15	50	93	84		

## 地域包括支援センター

## 地域との連携

- ・地域との連携を強化するため、毎月1回以上地域のお食事会・居場所に参加しています
- ・民生委員児童委員や、ふれあい会の定例会に参加し、顔の見える関係作りに努めています

☆地域のおまつりで健康相談コーナー



## 地域包括支援センター

## ケアマネジャー向け講座

☆ 亀田病院 亀田壮先生を講師に  
ケアマネ向け膝痛勉強会を開催



☆ 区役所の障害担当を講師に  
障害制度についての勉強会を開催





# 地域包括支援センター ほかにも様々な関係機関と連携

☆西区内の高齢・子ども・障がい関係の相談機関が集まったの地域センター会議の成果物として「みんなの相談窓口」

みんなの相談窓口についてのご案内

相談機関	名称	住所	TEL	相談時間	備考
生活福祉相談センター	高齢、障害、子育て	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	生活福祉相談センターは、高齢者、障害者、子育てに関する相談に対応しています。
福祉相談センター	高齢、障害、子育て	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	福祉相談センターは、高齢者、障害者、子育てに関する相談に対応しています。
障害者相談センター	障害者	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	障害者相談センターは、障害者に関する相談に対応しています。
高齢者相談センター	高齢者	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	高齢者相談センターは、高齢者に関する相談に対応しています。
子育て相談センター	子育て	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	子育て相談センターは、子育てに関する相談に対応しています。
児童相談センター	児童	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	児童相談センターは、児童に関する相談に対応しています。
障害児相談センター	障害児	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	障害児相談センターは、障害児に関する相談に対応しています。
高齢者虐待相談センター	高齢者虐待	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	高齢者虐待相談センターは、高齢者虐待に関する相談に対応しています。
児童虐待相談センター	児童虐待	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	児童虐待相談センターは、児童虐待に関する相談に対応しています。
障害者虐待相談センター	障害者虐待	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	障害者虐待相談センターは、障害者虐待に関する相談に対応しています。
消費者被害防止講座	消費者被害防止	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	消費者被害防止講座は、消費者被害防止に関する相談に対応しています。
エンディングノート講座	エンディングノート	西区内各センター	045-251-7525	9:00-17:00	エンディングノート講座は、エンディングノートに関する相談に対応しています。



☆戸部警察生活安全課講師による消費者被害防止講座を開催



☆渡辺医院 渡辺講師によるエンディングノート講座を開催



## 地域包括支援センター

## 地域ケア会議 兼 認知症サポーター養成講座



☆地域のかたの興味関心のある「認知症がある方への対応」をキーワードに、見守りの目を増やすには…と議論しました

☆「見守りの目が必要であること」を、イメージしやすいように生活支援コーディネーターと連携し、地域特性のデータを伝えました



☆「認知症のひとと生きる」というDVDが、現場でどのように活用されているのか、制作者が見学に来訪しました

## 地域包括支援センター

☆中学校の授業での認知症サ  
ポーター養成講座の開催  
キャラバンメイトさんも大活躍です



☆平成31年度、中学校で初開催  
3学年全員の130名が参加しました

## 地域包括支援センター

## 宮崎まつり(介護予防健口相談)



☆歯科衛生士による口の相談コーナー



☆玄米ダンベル体操  
お披露目



# 地域活動交流事業

# 地域活動交流事業 ～ 高齢者支援事業

参加者の高齢化に目を向け、包括と共催し見守りを強化

## しあわせサロン



## 大人の学校



④音読しまし  
「花の  
本で、作  
團伊、珠  
第二、次  
この曲は  
本全国に  
るさや平  
に知られ  
、歌い継  
がれた」

⑤はじめてのマス計算・ひき算のマス計算

7	10	8	12	9	13	15	11	14	-
5	2	5	3						5

⑥

7	10	8	12	9	13	15	11	14	-
3									3

⑦

7	10	8	12	9	13	15	11	14	-
6									6

⑧

7	10	8	12	9	13	15	11	14	-
4									4

⑨

7	10	8	12	9	13	15	11	14	-
2									2

数値6

## 新大人の学校

I ストールテスト 文字の色を調べるテストです  
文字の色を声に出して、出来る限り早く言います。  
文字を読むではありません。

あお	あお	あお	あお
きいろ	あか	あお	あか
あか	あか	あか	あか
あお	あお	あか	あお
あお	あお	あお	あか
あお	あお	あお	あか
あお	あお	あお	あか
あお	あお	あお	あか
あお	あお	あお	あか
あお	あお	あお	あか
あお	あお	あお	あか
あお	あお	あお	あか

⑩計算しまし。

□	+	12	=	18	□	-	8	=	10
□	+	8	=	19	□	-	14	=	15
□	+	9	=	27	□	-	19	=	6
□	+	13	=	17	□	-	17	=	15
12	+	□	=	28	16	-	□	=	9
10	+	□	=	21	18	-	□	=	10
24	+	□	=	27	21	-	□	=	12



# 地域活動交流事業 ～高齢者支援事業

## 宮崎式脳トレ健康マージャン

マージャンは脳トレに有効です  
初心者の為の講座の様子



地域での出前講座の様子



高齢者の為の  
スマホ教室

沢山のの方々に大変好評を得ました

# 地域活動交流事業 ～地域交流・支援事業

## 趣味を生かして心と体の健康づくりを支援

### ワンコイン音楽サロン

#### 「しあわせのうた」

木下龍太郎作詞・高井達雄作曲・吉川敏男合編編曲

東に住むひとはしあわせ  
生まれたばかりの太陽を  
いちばん先に見つけることができるから

北に住むひとはしあわせ  
春をむかえるよろこびを  
誰より強く感じることができるから

南に住むひとはしあわせ  
いつでも花の首かざり  
愛するひとにささげることができるから



### 脳いきいきマージャン クラブ



### 男性の為の料理教室

気軽に作  
れる料理を  
習得します





# 地域活動交流事業 ～地域交流・支援事業

地域の皆様の為に、音楽演奏を通して交流を図ります。また、演奏ボランティアの育成に力を入れ、福祉保健活動団体の活動を促します

## 宮崎アフタヌーンカフェ



## ふれあいウォーク

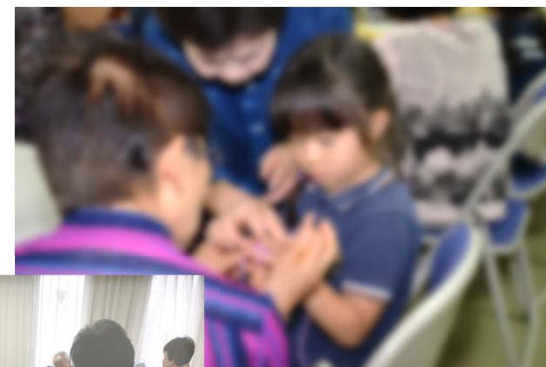
# 地域活動交流事業 ～子育て支援・子ども事業

子育ての相談支援や地域の経験者との関わりを深めています

天使のほっぺ



多世代交流



ぽっぽっぽっ  
Withみやぎキッズ



# 地域活動交流事業 ～障がい児・者支援事業

新しい事のチャレンジや  
地域学校同士の交流

夏の余暇活動



ボランティア育成～レクへの参加や活動場所を提供

ボランティア養成講座



ボランティア交流会



# 地域活動交流事業

広報紙『みやざき』は3か月カレンダーで年4回発行。包括支援センター・生活支援体制整備事業のイベントも掲載し、ケアプラザ事業を発信しています。ホームページでもご覧になれます

## 宮崎まつり

■包括支援センター催しのご案内■  
「お家でつちみか力に挑戦しよう！」  
「シヤムの昔やベトナムの昔やアフリカの昔や」の絵本が大好き！  
ではおはようございます。  
この日の絵本まつりを2部に分けて、  
隔週おこなっています。開催時間：4部 90分迄

★各都道府県・自治体・NPO等との連携・協力★

### 介護者のつどい

介護者支援の場として、日頃の悩みや不安を相談して  
みませんか。家族会の後、上級会を開催します。

無料 平成30年11月11日（日） 13:00～14:30 特別会  
14:00～14:30 「障害者と高齢者」上級会

★各都道府県・自治体・NPO等との連携・協力★

### ① 認知症予防講座

脳を鍛える認知症予防講座と口腔ケア講座  
脳を鍛える認知症予防講座と口腔ケア講座  
対象者：60歳以上の方 20名  
日程：平成30年11月5日・19日 13時30分～15時 全2回  
持ち物：運動しやすそうな履き物（水分補給）のボトル  
お茶（1リットル）

### ② 認知症予防講座

脳を鍛える認知症予防講座と口腔ケア講座  
対象者：60歳以上の方 20名  
日程：平成30年12月5日・12月19日 平成31年1月9日・1月23日  
13時30分～14時30分 全4回 持ち物：運動しやすそうな履き物（水分補給）のボトル  
お茶（1リットル）

①②の開催は、261-6095 鈴木・渡辺・山崎

【横浜市青葉区アサヒクサ 地域包括支援センター 担当エリア】  
東ヶ丘・森田町1・2丁、戸部町1・2丁、若林町  
伊勢町1・2・3丁、花巻町、東ヶ丘、吉野町、戸部1~4丁目  
相談専用電話：261-6121 担当：鈴木・山崎・渡辺

## 第19回宮崎まつり

平成30年10月20日（土） 11:00～14:00

お楽しみプログラム  
お楽しみ大会  
お楽しみ大会  
お楽しみ大会

第19回宮崎まつり  
平成30年10月20日（土） 11:00～14:00

第一・第4地区社会福祉協議会共催

## みやざき

横浜市の地域ケアプラザが発表  
第19号 平成30年10月1日

### ケアプラザ協力講師、他府県から講師の連続講座

第2-4回曜日 10:00～12:00  
※後援会に所属の方以外は参加できません。 定：261-6095 鈴木・渡辺

## みやざき

第2-4回曜日 10:00～12:00  
※後援会に所属の方以外は参加できません。 定：261-6095 鈴木・渡辺

### 皆さんと健康について考えていきます（4）

宮崎地域ケアプラザ  
宮崎地域ケアプラザ 鈴木・渡辺

### 薬と食品、飲み物の相互作用について

ひところりフルーツと高血圧の薬との関係が解明になりました。今回は薬と食品や飲み物の相互作用について書いてあります。ひところりフルーツと一緒には飲まない薬として、よく飲まれている高血圧の薬として、お茶やコーヒー、お酒が挙げられます。これはひところりフルーツが、薬の作用を弱めることがあるためです。このほか高血圧の薬の一部も挙げます。牛乳と一緒に飲んではいけない薬では、一部の抗生薬・抗がん剤・薬で探るタイプの薬があります。またお茶やコーヒーと一緒に飲む薬も挙げます。

抗がん剤のひところりフルーツを飲んでる人はお茶やコーヒーが禁止されているのは解明されていますが、このほかビタミンCを多く含む野菜や果物も注意が必要です。また、甲状腺疾患のある方はヨードを含む食品はあまり飲まないで下さい。黄血の薬は抗生薬・お酒に禁煙・コーヒー・紅茶を飲まないで下さい。薬は飲まない場合はあまりお茶を飲む必要はないとされています。

小児用の薬の中には、ジュースや牛乳などに混ぜると飲めやすくなるタイプのものがあります。逆にけいさん薬もあります。お茶と一緒に飲むと、効果は発揮できない場合がありますのでよくお読みになって下さい。コ

## 平成30年度 平成31年1・2・3月事業カレンダー

月々の行事に合わせて！

日	月	火	水	木	金	土
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

### サロン紹介

ご自身の健康を管理し、毎日の生活を楽しむためのサロンです。お気軽に足を運んでください。

455-261-6095

### 天使のほっぺ

毎月 1月7日(土) 10:30～12:00  
2月4日(土) 10:30～12:00  
3月4日(土) 10:30～12:00

### お楽しみレクリエーションが、月に一度開催します！

## しあわせサロンの宮崎

日時：毎月第2金曜日 11:30～14:00 毎月 2回 毎月2回  
定員：20名 予約：お申し込みください。10:30迄  
お申し込みは、TEL：045-261-6095 鈴木・渡辺まで

### ボランティヤさん、学習サポーターさん大募集

ご支援は、地域活動交流事業  
電話：261-6095 まで

詳細の参加をお待ちしています

# 生活支援体制整備事業

# 生活支援体制整備事業

高齢者が、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるように、「生活支援・介護予防・社会参加」の体制づくりを進めています

## 生活支援体制整備事業～各地区での協議体の開催

会議名	事業内容
第一地区拡大懇談会 高齢支援部会	・高齢者の生活支援、介護予防に関する取り組みを進める部会として参加者間で意見交換会を実施し、「居場所づくり」をテーマに活動内容について検討を行う
第4地区伊勢一サロン検討会議	・参加者間で意見交換会を実施し、「伊勢町会館を活用した介護予防体操サロンづくり」をテーマに検討会を開催

## 生活支援体制整備事業～第一地区での協議体の開催

高齢者の生活支援、介護予防、社会参加に関する取り組みを進める部会として、参加者間で意見交換会を実施

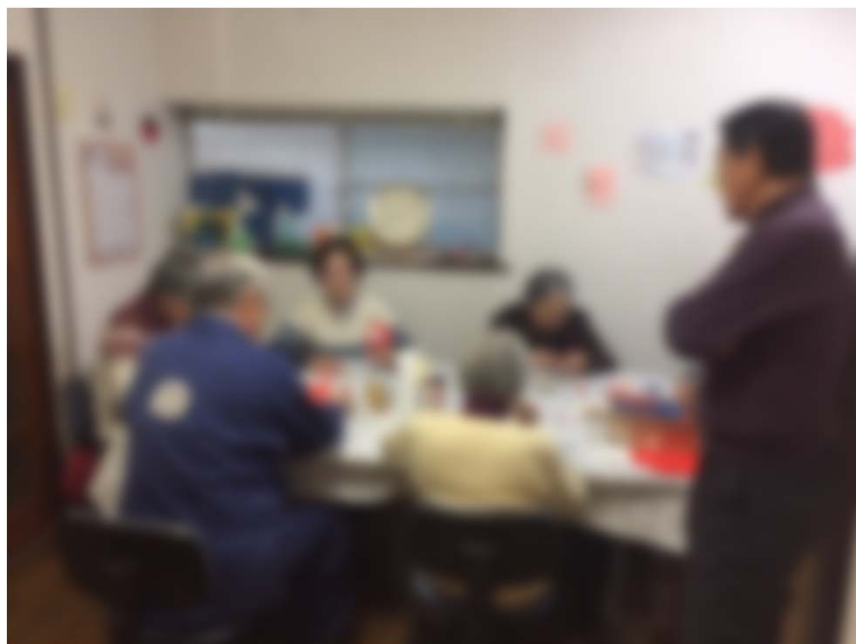


第一地区高齢支援部会会議  
グループワークの様子



町内会館で開催される地域サロン  
「桜木カフェ」では、ボランティア講師  
による手芸教室が開催されています

## 生活支援体制整備事業～第一地区での事業



空き家を活用した居場所「戸部のお茶の間」では、地域住民が集まって茶話会や、折り紙教室が開催されています



## 生活支援体制整備事業～第4地区での事業



地区会館を活用した、誰もが気軽に立ち寄れる「みんなのサロン」お茶や体操、趣味でくつろぎのひと時を楽しまれています

# 生活支援体制整備事業～第4地区での事業



町内会館を活用した介護予防「伊勢一体操サロン」  
地域でも人気のサロンになっています



## 2019伊勢一体操サロン・スケジュール

場所: 伊勢町一丁目町内会館  
会費: 200円(各回)  
持物: 飲物・タオル ※服装は、動きやすいもの

第1回	4月2日(火)	10時	第6回	10月8日(火)	10時
第2回	5月14日(火)	10時	第7回	11月12日(火)	10時
第3回	6月11日(火)	10時	12月はお休み		
第4回	7月9日(火)	10時	第8回	1月8日(火)	10時
8月はお休み			第9回	2月11日(火)	10時
第5回	9月10日(火)	10時	第10回	3月10日(火)	10時

※開催日は毎月第2火曜日ですが、4月のみ第1火曜日の2日開催となります  
のでご注意ください。

# 生活支援体制整備事業 ～第一・第4地区での事業

## まもり隊通学路パトロール活動の様子



## 高齢者の社会参加

戸部小学校、西前小学校、本町小学校の下校時刻に、まもり隊隊員が子供たちの交通安全を見守っています

# 生活支援体制整備事業

## 第20回宮崎まつりの開催



横浜市宮崎地域ケアプラザは開所20周年を迎え、第20回宮崎まつりでは約800名のご参加をいただき、大盛況のうちに終わることができました

# デイサービス

サービス対象地域: 西区全域 中区南区一部の地域

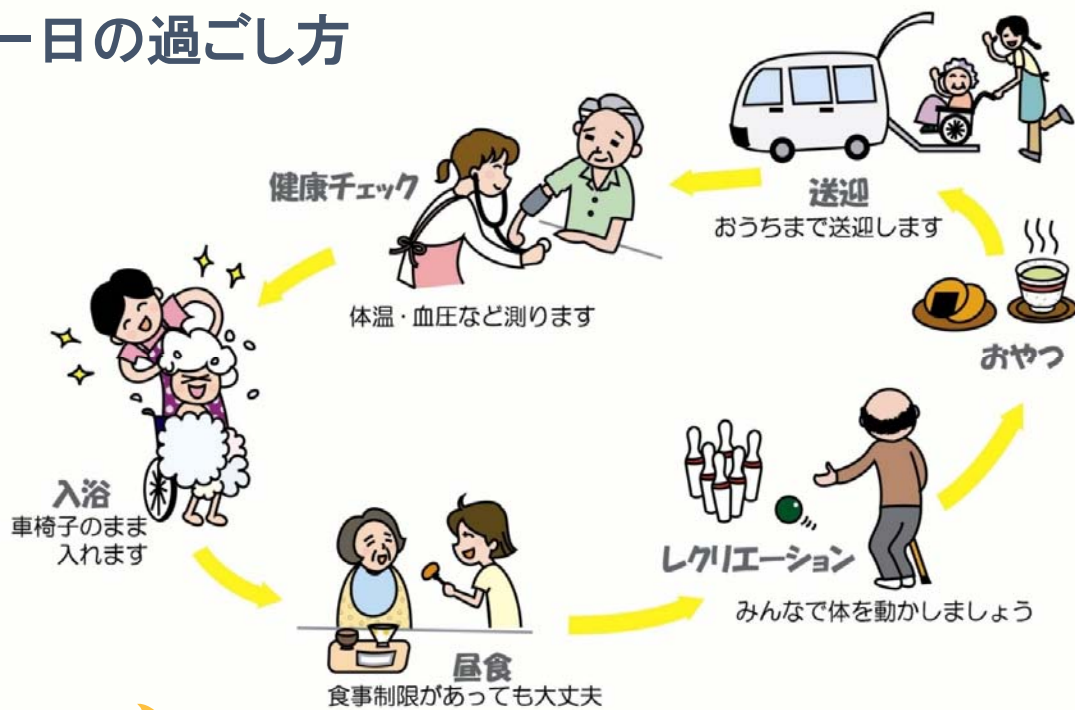


原則どのような利用者でも受入れる  
(みなとみらいの在住者、高度医療者)

# デイサービス

利用者の送迎・健康チェック・入浴・食事・レクリエーション  
などを行っています

## 一日の過ごし方



# デイサービス

## 日中の過ごし方



バラエティ豊かな献立でおいしく安全な食事を提供しています



# デイサービス

体操・レクリエーション





# デイサービス

## 体操

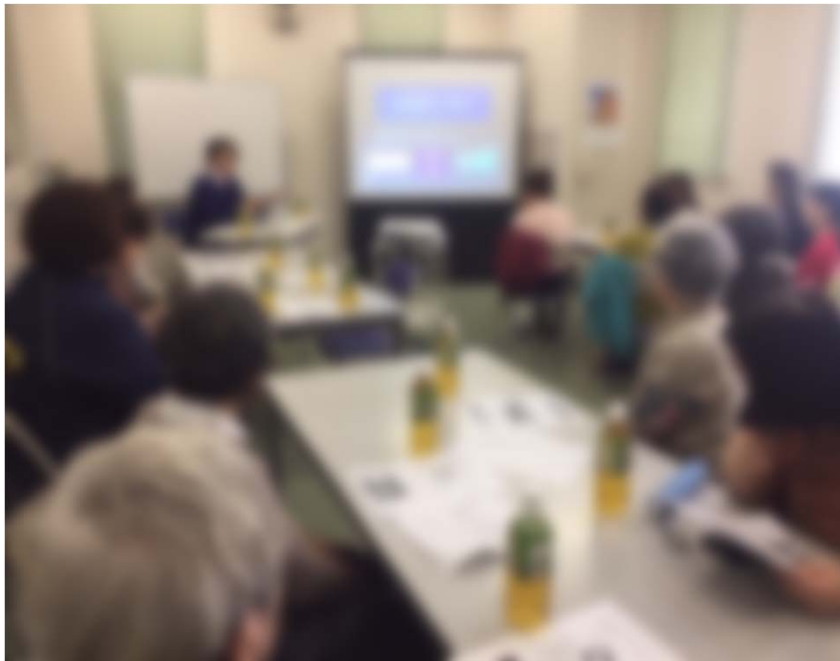


# デイサービス おやつ、お帰り前のご様子



# デイサービス

家族会～ 亀田病院 亀田壮先生を講師に健康講座を開催



# 居宅介護支援事業所

## 居宅介護支援事業所

### ◆ 常勤ケアマネジャー3名体制

ご利用者が要介護状態となった場合においても、可能な限り居宅において自立した日常生活を営めるよう配慮し、援助に努めます



### ◆ 全員主任ケアマネジャーを取得し、質の高いケアマネジメントを提供

利用者の心身の状況や、置かれている環境等に応じ、利用者自らの選択に基づき、総合的かつ効果的な介護サービス計画に基づいて、介護サービスが提供されるよう配慮し行います。また、支援困難な事例の紹介を受けた場合においても、十分な連携を図るよう努めます

## 居宅介護支援事業所

### ◆ 区役所・地域包括支援センター・医療・地域との連携

事業の実施にあたっては、地域との結びつきも視野に入れ対応します。  
市区町村・地域包括支援センター・関係医療機関・介護保険施設等だけでなく、住民主体によるサービスを含めた、地域における様々な取り組みを行う者との連携を図り、総合的なサービス提供に努めます





社会福祉法人

八日愛生会

**社会福祉法人ハマノ愛生会 横浜市宮崎地域ケアプラザ  
プレゼンテーション補足説明資料**

スライド No.	内容
1.	
2.	<p>「家族を失い困っているお年寄りのために何とかお役にたちたい」という創始者濱野三郎の素朴な願いにより昭和27年の10月に、養護施設ハマノ愛生園として開園。同年の12月に社会福祉法人 ハマノ愛生会としてスタートいたしました。</p> <p>横浜市宮崎地域ケアプラザは、平成12年1月1日より、ハマノ愛生会4番目の施設として開所いたしました。地域の皆様とともに社会福祉事業の発展と課題に取り組み、歩んで参りました。68年もの長い年月、ハマノ愛生会の事業が継続できたのは、横浜市の職員の方々、西区の職員の方々、横浜市西区連合町内会の皆様のご支援の賜物です。皆様方に支えられたからこそ現在のハマノ愛生会があります。心より感謝申し上げます。この場をお借りして重ねて御礼申し上げます。</p>
3.	<p>ハマノ愛生会の法人理念は、現代の社会福祉法人の使命そのものであります。私は、社会福祉法人を運営する為の遵守する条件と考えております。特に重要なのは、地域住民の皆様が住みなれたこの町で孤立することなく豊かな気持ちでいられ、健康で幸せな気持ちで生活が送られるように、行政と自治会町内会と協力して課題を解決していくことです。行政、地域とハマノ愛生会との密接なコミュニケーションが必要となります。ハマノは、その最初の窓口になる相談しやすい場であり、サービスが実践される場でもあります。ハマノ愛生会の職員全員に何度もお願いしているのは、「相手の立場に立って考えること。相手の心の痛みも理解すること。」なんです。地域の皆さんと一緒に住みよい街にすべく、何でも気楽に相談できる場になりたいと願っています。</p> <p style="text-align: right;">社会福祉法人 ハマノ愛生会 理事長 宮内 雅彦</p>
4.	
5.	地域包括支援センター
6.	コロナウイルス感染防止のための自主事業中止時は、認知症やひとり暮らし



	しの参加者を、地域交流と連携し、様子確認のため訪問しました。
7.	<p>地域のお食事会・居場所に参加した際、「介護保険について」「健康について」などや、脳トレを実施します。</p> <p>日頃から、相談員の顔が見える関係を構築して、相談しやすい環境を整えています。</p>
8.	<p>地域のケアマネジャーが勉強したいことは何か、アンケートを取りながら実施することで、ケアマネジャーと関係を構築します。</p>
9.	<p>【みんなの相談窓口】～横浜市で一番小さな区という特徴を活かし、福祉分野の高齢者・障がい者の垣根をこえた連携ができています。</p> <p>【エンディングノート講座】～担当エリア内の医師とも密接に関わっています。</p> <p>H31年度から配布を始めた西区版エンディングノートについて、西区役所、西区社会福祉協議会、西区内ケアプラザ共催で、5回連続講座を実施しました。日頃の相談支援で連携を図っている医師にも、講演を依頼しました。</p>
10.	<p>地域ケア会議について、地域の方が参加しやすいようにテーマを工夫するとともに、これまでに蓄積した相談傾向のフィードバック、町別の地域診断の紹介を行い、見守りの大切さについて気付きを促したことで、活発な意見交換が出来ました。</p>
11.	<p>【認知症サポーター養成講座の開催】～エリア内のキャラバンメイトさんの意見により、活動が広がってきています。</p> <p>又、エリア内の中学校とも連携を図ることが出来、H31年度、はじめて中学生対象の講座を開催。H31年度はエリア内のキャラバンメイトの連絡網も活用するようになり、着実にネットワークが構築されつつあります。</p>
12.	<p>宮崎まつりでは、小さな子から高齢者まで、様々な方に健康について興味を持っていただけるよう、口腔ケアなどテーマを決めています。</p>
13.	<b>地域活動交流事業</b>
14.	<p>【しあわせサロン】～高齢者の引きこもり防止のための食事会です。食後のレクでは、地域の活動団体が活躍しています。</p> <p>【大人の学校 学習サロン】～介護予防・認知症予防と、その改善の継続を目指すサロンです。地域の方がボランティアとして参加しています。</p> <p>参加者の暮らしに寄り添った、レクや講座(詐欺、防災)を設けています。</p>

15.	【宮崎式脳トレ健康マーじゃん】～ケアプラザで開催しているマーじゃんを地域の居場所でも実施し、居場所の活性化に繋がっています。
16.	【ワンコイン音楽サロン】～発声練習・声を出す筋力ストレッチで、思い出深い歌を合唱します。お菓子づくりボランティアが活躍する場でもあります。 【男性の為の料理教室】～料理づくりに親しんでいなかった男性が、気楽に家でも作れる料理を通じて、男性の為のコミュニティを図ります。 【脳いきいきマーじゃんクラブ】～認知症予防を目的に、地域の方がサポーターとして参加しています。
17.	【宮崎アフタヌーンカフェ】～懐かしい音楽を演奏ボランティア団体と共に過ごす、カフェ形式のサロンです。 【ふれあいウォーク】～他区のケアプラザと連携して、横浜の歴史を探訪する、交流も目的のウォーキングです。
18.	【天使のほっぺ】～地域の親子の情報交換の場であり、西区の子育て拠点と連携し、毎回お呼びする専門講師と共に、育児に関する支援をします。 【ぽっぽぽ With みやざキッズ】～ボランティアさんの絵本の読み聞かせや、人形劇が人気で、楽しく親子の絆を深めます。 【多世代交流】～地域の幼稚園と連携し、子どもたちが地域の高齢者と共に、ふれ合います。
19.	【夏の余暇活動】～障がい児者への余暇活動支援として、地域の学校と連携し、同世代の小学生や地域の方と共に、夏休みを過ごし、交流します。 【ボランティア養成講座】～地域のボランティア育成を目的として開催します。 【ボランティア交流会】～ケアプラザで、1年間事業を担っていただいたボランティアの方の交流会です。
20.	
21.	生活支援体制整備事業
22.	生活支援体制整備事業では、高齢者が、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるように、「生活支援・介護予防・社会参加」の体制づくりを進めます。 西区地域福祉計画に基づいて、第一地区では第一地区高齢支援部会を継続開催し、第4地区では第4地区伊勢ーサロン会議の継続開催を支援します。
23.	【第一地区】～会議の中では、第一地区の高齢者ニーズを把握し、高齢者に必要な生活支援サービスづくりに向けた、新たに取り組むテーマについて検討を継続します。
24.	【第一地区】～戸部のお茶の間(空き家を活用した高齢者の通いの場・サロン

	開催の様子です。毎回約20名が来所。講師指導の折り紙教室や、地域活動交流事業の出前健康マージャンなどを実施します。
25.	<p>【第4地区】～第4地区社会福祉協議会の支援を受けて、誰もが気軽に立ち寄れる「みんなのサロン」が第4地区会館で開催され、毎回15名ほどの高齢者や未就学児を持つ親子が、体操・折り紙・昔遊びなどを楽しんでいます。</p> <p>生活支援コーディネーターとして、宣伝活動・プログラムの準備など、運営面のサポートを行います。また、包括職員も定期的に訪問し、サロン参加者から様々な相談を受けています。</p>
26.	<p>【第4地区】～第4地区での事業として、H30年度より正式に開始された伊勢町会館を活用した伊勢一体操サロンは、地域住民の中でも人気のサロンとなり、継続して開催されています。ハマトレの習得を基本として、セラバンド、ポッチャなどを活用し、ゲームも取り入れた介護予防サロンです。</p>
27.	<p>宮崎地域ケアプラザは通学路パトロールまもり隊の事務局を担当しており、まもり隊の活動支援、担い手発掘を目的として、戸部小学校地区委員や学校コーディネーター、地域交流COとスクールパトロール地域打合せを継続して開催します。</p>
28.	<p>平成31年10月には、宮崎ケアプラザ開所20周年を記念し、第20回宮崎まつりが盛大に開催され、参加者は約800名です。</p>
29.	<b>デイサービス</b>
30.	<p>【一日の過ごし方】～利用者様のご自宅まで、送迎車でお迎えです。施設到着後、看護師による検温、血圧を計り、健康チェックを行います。午前中に入浴となります。浴槽は2か所、座ったまま入浴できます。地域からのゆず等の寄贈で、ゆず湯・菖蒲湯など、季節も楽しめます。</p>
31.	<p>【日中の過ごし方】～他の方が入浴している間や入浴後は、趣味活動や脳トレ等で認知予防を図ります。昼食前は、口腔体操を実践します。</p> <p>【食事の提供】～今年の4月より、昼食は全て施設内の手作りとなり、熱々のご飯や汁物は、ご利用者前で装い、好評です。</p>
32.	<p>【体操・レクリエーション】～午後は、体操・レクリエーションを行います。全員で行う体操の他、生活機能改善機器を導入し、下肢筋力低下を防ぐ体操や、脳</p>

	<p>の活動を活発にする体操を取り入れています。また、機能訓練指導員による個別機能訓練も実施します。</p> <p>【地域のボランティアとの連携】～レクリエーションでは、地域のボランティアがドッグセラピー他開催し、利用者様と交流を深めます。</p>
33.	<p>【生活総合機能改善機器の導入】～懐かしい曲や、映像に合わせた体操・脳トレなどの豊富なコンテンツがあり、楽しく参加できると好評です。</p>
34.	<p>体操・レクリエーションの後は、おやつを召し上がり、4 時頃から順番にご自宅まで送ります。</p>
35.	<p>こちらは平成 30 年度の家族会の様子です。亀田病院整形外科医、亀田壮先生を講師に、靴の選び方と歩き方について研修しました。</p> <p>平成 31 年度は、コロナウイルス感染防止のため中止です。</p>
36.	居宅介護支援事業所
37.	
38.	<p>【他法人との連携】～西区内の他法人とも連携し、他事業所と事例検討会を共催します。</p> <p>【地域との連携】～平成 31 年度は、地域活動での声かけや見守り訪問で、地域の方と連携したケースが 14 件です。</p>
39.	