

パソコン・スマホ・タブレットで
3分で防災を学ぼう

今からいざに備えよう！

火災・地震・風水害などの災害や救急対応について学べる動画サイトがあるのをご存知ですか

横浜市消防局で作成され、3分ほどで学べるようにできてます。テーマに沿って消防職員がかわるがわる、わかりやすく教えてくれます。しかも本人のアップで話してくれます。

いざという時のために、
今アクセスしてみましょう！



区民10人に聞いた視聴してみたい気になる動画

- 救急車を呼ぶときのポイント
- リチウムイオン電池火災対策
- 食べ物がのどにつまった時の対応方法
- 住宅防火対策 ～電気火災経
- 風水害の備え
- 消火器の使い方
- 震災時の帰宅困難について
- 1～3歳児に多い事故と対策
- 4～5歳児に多い事故と対策



生活支援コーディネーター 森田の 地域密着コラム

新橋町に、マルエツ名瀬店から移動販売車がくるようになったのをご存じですか？「近くで買い物ができたらいいな」「ついでに誰かとおしゃべりできたら嬉しいな」———そんな地域の声に応えるように、新橋地区社会福祉協議会を中心に検討を進め、まちの4か所に移動販売車が訪れるようになりました。

品揃えは約500品と豊富で、おなじみの食品から日用品までさまざま。「今日はなにがあるかな？」とワクワクしながらお買い物できるのも魅力です。(取扱い商品であれば、注文すると次週持ってきてくれます)

買い物ついでにご近所さんとおしゃべりしたり、毎週来てくれるなじみのスタッフさんと交流したりと、自然と笑顔が生まれる場にもなっています。

地域のつながりづくりにも一役買う、あたたかい取り組みです。お近くの販売場所を、気軽にのぞいてみてくださいね。



ご近所でお買い物♪ 新橋町で移動販売がスタート

毎週 火曜日
【連合自治会館】10:30-11:00
【新橋第一住宅】11:30-12:00
毎週 木曜日
【順礼坂公園】10:30-11:00
毎週 金曜日
【天神の森公園】10:30-11:00



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



新橋地域ケアプラザ広報誌(第61号)

発行日:2025年12月20日

発行:社会福祉法人開く会

横浜市新橋地域ケアプラザ

責任者:所長 相沢 美樹

発行・編集:地域活動交流(竹内)

連絡先:泉区新橋町33-1

☎:813-3877 FAX:813-3380

※電話番号のお掛け間違いにご注意ください。

Mail:sinbashi@hirakukaicp.or.jp

HP:<https://www.hirakukaicp.or.jp/shinbashi/>

横浜市新橋地域ケアプラザ

2026冬号



事業のお知らせ



対象	事業名	内容	開催日時			参加費
			1月	2月	3月	
どなたでも	医療相談会	医療の素朴な質問を医師に相談できます	お休み	4日(水) 14:00-15:00	お休み	無料
	ラフターヨガ	笑いヨガの呼吸法を合わせた健康体操	11日(日) 14:00-15:00	1日(日) 14:00-15:00	1日(日) 14:00-15:00	1000円
	おさがりポスト	子ども服の無料交換会 持って帰るだけでも、持ってくるだけでもOK	お休み	4日(水) 10:30-12:00	お休み	無料
	おはようくつした	親子で遊べる広場 卓球台、オセロゲーム、らくがき、満点の星コーナーなど	11日(日) 10:00-15:00	お休み	8日(日) 10:00-15:00	無料
	健康歌声サロン	童謡・唱歌を中心に大きな声で歌います。	25日(日) 10:00-11:00	お休み	1日・22日(日) 10:00-11:00	無料
	ラジオ体操×出張販売	屋外で気持ちよくからだを動かしてからは、新鮮な青果やお総菜など、買い物を楽しめます♪	毎週水曜 ラジオ体操 11:45-11:55 (雨天・夏季休会) 出張販売 12:00-13:00			無料
主に高齢者	Café どなたでも	ふらっと来て、他愛のないおしゃべりしませんか？ 【Caféどなたでも実行委員会・わいわいクラブ・新橋CP共催】	休会	12日(木) 13:00-14:30	12日(木) 13:00-14:30	3000円
	つながるスマホ教室	学生ボランティアから教わるスマホ教室。奇数月は予約不要のスマホよろず相談カフェも開催！	10日(土) 10:00-11:30 申込不要	14日(土) 10:00-11:30 要申込	14日(土) 10:00-11:30 申込不要	無料
ケアプラザ休館日			19日(月)	16日(月)	16日(月)	

- 今号の中間特集は、「認知症の本人とともに暮らしやすいまちをつくろう」と題して横浜市チームオレンジ事業を紹介します。
認知症状のある人は困った人ではなく、記憶の保持が難しく困っている人です。
11月にケアプラザで行った講演の様子も掲載しました。よろしければご覧ください。
- 秋号のカフェ特集でご案内した「おさんぽカフェ」は運営メンバーの多忙により1月より休止することになりました。ご来場いただきました皆様ありがとうございました。

認知症の本人とともに 暮らしやすいまちをつくらう

～横浜市チームオレンジ事業を知ろう！～

横浜市チームオレンジとは…

認知症の人や家族の希望や願い、困りごとを把握し、その実現や解決に向け検討や調整をし、アクションを起こしていく「本人支援の活動」です。



暮らしやすい地域はこんなまち

- ・周りの人が認知症について正しく理解してくれています
- ・認知症になる前と変わらず、本人や家族がやりたいと思ったことを、できないところはサポートを受けながら、自分らしく参加することができます
- ・本人も家族も身近に相談できる仲間がいて、些細な困りごとを相談したり、情報を得ることができます。必要な時は専門職のサポートを受けることができます

認知症になっても、安心して自分のペースで買い物ができる。

いざというとき、周りの人が気付いて手を貸してくれる。

地域の仲間と顔を合わせながら趣味や好きなことを続けられる。

認知症カフェや地域のサロンなどで、仲間と集まり、楽しい時間を過ごすことができる。



(横浜市チームオレンジ事業リーフレットより抜粋)

講演会「忘れても心は生きている」

令和7年11月30日(日) 認知症のご両親と、52歳で若年性認知症と診断を受けた奥様を20年間介護した、三橋良博氏(認知症の人と家族の会)を招いて講演会を開催しました。

『認知症は何もわからなくなってしまう病気ではなく、心はしっかりと残っています。優しい気持ちで接すれば、鏡のように返してくれます。』と三橋氏は話します。

実際に起こったエピソードを聞き、その時々のお様の表情をみながら、優しい気持ちで接するためのヒントを教えてくださいました。大切なのは、抱え込まずに友人や地域の人、様々な立場の人に伝え、多くの支え(チーム)を持つことなのです。



当日は定員を超える参加者があり、介護経験のある方も多く、「2時間では話し足りない。今度は座談会形式で話したい。など、たくさんのご意見や感想をお聞きすることができました。

アンケートの声

- ・誰でもなりうる老化現象「認知症」、みんなで声を掛け合い、笑って、みんなと笑顔で今を大切に過ごしたい。
- ・本人に対して、失敗してもよいという気持ちで、できることを取り上げないことも大事と思いました。
- ・実際に介護した人の話は説得力があってよかった。今後もこういう会に参加したい。
- ・参加してよかった。もっともっと多くの人にお話を聞いてほしい。まわりのサポートがあることが大切だと思った。
- ・認知症の診断が出ている家族のことを、介護士さんに「この方はよくわかっていますよ。」と言われ不思議に思っていました。今日のお話を聞いて、介護士さんが言いたかったことがわかりました。



2025.12月現在