

## 謹んで新春のお慶びを申し上げます

### 2025年を迎えるにあたって

昨年は横浜市たまプラーザ地域ケアプラザに格別のお引立てを賜り厚く御礼申し上げます。

さて、地域の皆様にとって2025年はどのような年になると想像されていますか？メディアなどを通じて「2025年問題」という言葉を耳にされたことがあるかもしれません。団塊の世代(1947(昭和22)年～1949(昭和24)年生まれ)の方々が75歳以上の後期高齢者となり、医療や介護などの社会保障費の増大が懸念されており、医療・介護サービスの利用が急増する一方で、現場では医療職や介護職員の人材不足が深刻になってきております。

昨年度、当ケアプラザ 地域包括支援センターが担当地区から受けた相談件数が年間4000件を超え、地域の高齢化が進んでいることを感じています。こうした状況に横浜市でも、**地域包括ケアシステムの構築**を急いでできました。**地域包括ケアシステム**とは、医療・介護などの専門職から地域住民まで様々な人たちが力を合わせて対応していこうという仕組みのことです。全国各地の取り組みの例としては、「**認知症施策と家族支援**」であったり、「**住民自ら考える互助の地域づくり**」や「**在宅医療の推進と医療介護の連携**」といった実績が報告されています。

超高齢化社会や地域の課題を前向きにとらえ、これからの時代に合った仕組みを新たに構築していくために、引き続き地域の皆様と連携を図りながら、よりよい地域社会をつくっていきたく思います。2025年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ  
所長 糸川 史生

## 親子でリトミック 参加者募集

音楽に合わせて身体を動かしながら  
親子で楽しく過ごす時間です

- 2025年 2月26日(水) いずれも2部制
- 3月26日(水) ①10:00～10:30
- ②11:00～11:30

- 会場は 当ケアプラザ ぷらざる～む
- 対象は おすわりができるお子さん  
～未就園児とその保護者

- ①②とも12組(事前申し込み・抽選にて)
- 参加費は300円(1組)です
- 参加申し込みは 各回専用のGoogleフォームから
- 講師は 澁谷 紀子 先生 です



各日のお申し込みは **コチラから**

2/26開催  
受付期間  
1/22～2/12



3/26開催  
受付期間  
2/26～3/12



# 2 ▶ 3 月

# ケアプラザ事業のご案内

各事業のチラシは ホームページ でもご確認いただけます

各事業のお申込み方法が異なりますのでご注意ください

対象	事業名	日時	内容 ※会場 当ケアプラザ
未就園児と保護者	親子で楽しむ おはなし会	2/12(水) 3/12(水) 10:30~11:30	先着順 参加費300円 申し込みは受付フォームから 受付期間 2/12分:1/8~ 3/12分:2/12~  
生後半～1歳半児と保護者	あかちゃんのねんね講座	3/3(月) 10:00~11:30	先着順 参加費300円 申し込みは受付フォームから 受付期間 2/3~ 
2カ月児～ハイハイ期児と保護者	たまプラベビーマッサージ	3/21(金) 10:00~11:30	抽選 申し込みは受付フォームから 参加費300円 受付期間 1/17~3/6 
地域住民	健康ボイストレーニング 声を出そう！みんなで歌おう！	2/6(木) 3/6(木) 13:30~15:00	抽選 電話・窓口にて受付 参加費300円 受付期間 1/5~1/19
概ね65歳以上の方	カラダもココロもいきいき！ たまプラトレーニング	1/14 2/11 3/11 いずれも(火) 13:30~14:30	先着順 電話・窓口にて受付 参加費900円(全3回分) 受付中！
概ね65歳以上の方	火曜に団地でうたう会	1/21 2/18 3/18 いずれも(火) 10:00~11:30	先着順 電話・窓口にて受付 参加費300円(各回) 受付中！
概ね65歳以上の方	脳が喜ぶ・笑顔あふれる シナプソロジー ＜全3回＞	1/28 2/25 3/25 いずれも(火) 13:30-14:30	先着順 電話・窓口にて受付 参加費無料 健康運動指導士による脳トレと体操・レクリエーションの介護予防プログラムです

**親子のあそび場**  
スマイル♡ファミリー  

定期開催事業(参加費無料/申し込み不要)

赤ちゃんから1歳未満 ひよこ 		
(火) 10:00 -12:00	(木) 13:00 -16:00	(金) 13:00 -16:00
1歳～3歳児(未就園児) うさぎ 		
(火) 13:00 -16:00	(木) 10:00 -12:00	(金) 10:00 -12:00

注) 1/17(金) 3/21(金)は別事業のためスマイル♡ファミリーはお休みです

## 横浜市たまプラザ地域ケアプラザ

(社会福祉法人 緑成会)

〒225-8530 横浜市青葉区新石川二丁目1-15  
たまプラザテラス リンクプラザ4階

■電話 045-910-5211

■FAX 045-910-5231

■HP <http://ryokuseikai-yokohama.jp/>

たまプラザ駅直結リンクプラザの4階です  
銀行の左横にあるエレベーターをご利用ください

