



プラぶら通信

☎ 045-910-5211

📍 横浜市青葉区新石川二丁目1-15
たまプラーザテラス リンクプラザ4階🌐 <http://ryokuseikai-yokohama.jp/>

当地域ケアプラザの広報紙「プラぶら通信」は 年4回季刊発行

認知症(アルツハイマー)月間 お知らせ

認知症つながりシンポジウム 2025

～認知症になっても安心して暮らせる社会を目指して～

参加費
無料**2025.9.23 (火・祝)****13:30～15:30**

会場

たまプラーザ地域ケアプラザ
多目的ホール①

プログラム

第1部 長谷川診療所 長谷川 洋 先生による
基調講演第2部 シンポジウム
パネリストによる意見交換

オレンジ活動報告

「オレンジ活動報告」では、
たまプラーザ地域ケアプラザエリアでの
【認知症・介護予防】【チームオレンジ】
の活動情報を掲載していきます。

認知症への理解を深め、患者と家族を支援することを目的として定められた
の「世界アルツハイマーデー」。1994年に国際アルツハイマー病協会（ADI）
と世界保健機関（WHO）が共同で制定※されました。毎年9月はアルツハイ
マー月間としています。シンボルカラーを「オレンジ色」として「認知症の人
と家族の会」各支部が、全国の公共施設等をオレンジ色にライトアップするイ
ベントが行われています。

※1994年9月21日に「国際アルツハイマー病協会国際会議」が開催10周年を祝して、会議初日の
である9月21日を世界アルツハイマーデーと決めました。

今号では何故オレンジなのか？を詳しく解説

ルーツをさかのぼると、江戸時代の陶工・酒井田柿右衛門が
編み出した、柿の実と同じオレンジ色の磁器が海外でも高く評価
されていたため、認知症サポーターが、日本から世界へ広く知れ
渡るように願いを込めてオレンジ色が採用されたそうです。

以降、厚生労働省の認知症高齢者施策を「オレンジプラン」と呼び、
認知症サポーターがチームを組んで認知症の方を支援する取り組みを「チーム
オレンジ」と呼ぶようになっていきます。

こうして、認知症サポーターから始まり、次第に認知症のシンボルカラーと
してオレンジ色が定着してきたことが由来となっています。



7・9月

ケアプラザからのお知らせ

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



事業のお申込み ▶ 045-910-5211

地域包括支援センター

相談専用 ☎ 045-910-5221

●相談対応時間 9:00～17:00 ●担当地域 新石川・美しが丘1～3、5丁目
生活の中で困っていることや、障害、高齢福祉サービス全般について、
専門の相談員が対応します。

▲ 相談員が不在場合があります。事前にご連絡のうえお越しください。



ポジティブエイジング講座 脳が喜ぶ・笑顔が生まれるシナプソロジー②

認知症
予防

9/1（月）より電話・窓口にて先着申し込み受付開始

開催 全4回 10/28(火)、11/25(火)、12/23(火)、1/27(火)
時間 13:30～14:30
定員 35名 65歳以上の方対象
講師 山口 恵美子氏

参加費
無料

介護する側の癒しの場 ～介護者のつどい～

ご自宅で介護をされている方々の場です。
お茶を飲みながら、日々感じていることをお
話ししてみませんか？

開催 7/24(木) ➡ 6/24(火)申込開始
9/25(木) ➡ 8/26(火)申込開始
時間 13:30～14:30
定員 10名程度
申込 電話・窓口にて受付

参加費
無料

生活支援体制整備事業って何？

「生活支援体制整備事業」と聞くと何か難しいことをしているのかと思われそうですが、
担当地域で、高齢者の方々の自立した日常生活の支援及び要介護状態の予防または、
要介護状態等の軽減、悪化の防止に関わる体制を整えることをしています。

例えば、高齢者が住み慣れた地域で自分らしく生活できる様に、生活の課題や
困りごとを一緒に考えて解決するようにお手伝いしていく事業です。

ゴミ出しが課題の方が増えればその解決に向かって地域住民
と話し合いをして仕組みづくりをしたり、加齢により体力や
気力が弱まっている状態であれば地域の体操や茶話会などの
通いの場を紹介したり、地域の方と新しい
活動の場を作ったりしています。またその事
業を行うのが「生活支援コーディネーター」
と言い、地域の課題解決のために様々な活動
をつなげたり、組み合わせたり、
作ったりする調整役です。



参加費
¥900

健康 ボイストレーニングⅡ期

みんなで歌おう！



楽しみながら正しい発声を学ぶプログラムです

開催 全3回 9/10(水)、10/8(水)、11/6(木)
時間 13:30～15:00
講師 高木 美奈子氏
対象 地域住民の方

抽選

電話・窓口にて受付
8/5～8/26



ココロもカラダもいきいき！たまふらトレーニング

身体を動かしながら脳トレ！！

開催 全4回 9/9(火)、10/14(火)、11/11(火)、12/9(火)
時間 13:30～14:30
講師 本杉 ひとみ氏

参加費 9月・10月分 ¥600、11月・12月分 ¥600
計 ¥1200 2回に分けて支払い

8/1(金)～
窓口・電話にて
先着申込開始！

子育て 事業

親子で！リズムック

音楽に合わせて楽しく身体を動かしましょう

- 開催 7/23(水)
9/24(水)
- ①10:00～10:30
- ②11:00～11:30
- 申込開始日 7/23→6/25(水)～7/9(水) 9/24→8/20(水)～9/10(水)
※切翌日抽選 当選者のみ結果連絡
- 対象 あんよ～未就園児と保護者
- 講師 澁谷 紀子氏

たまふらベビーマッサージ

ベビーマッサージで赤ちゃんとおふれあい

- 開催 9/3(水)
10:00～11:30
- 申込開始日 7/14(月)～8/19(火)
- 対象 2歳～ハイハイ期のお子さまと保護者
- 講師 長田 朋子氏

親子で楽しむおはなし会～わらべうたで赤ちゃんとお遊ぼう～

- 開催 7/9(水)
9/10(水)
10:30～11:30
- 申込開始日 7/8→6/11(水)～ 9/10→8/6(水)～
- 対象 0歳～2歳のお子様と保護者
- 講師 おはなしあんころもち

赤ちゃんのねんね講座

子どもの睡眠について学びます

- 開催 9/8(月)
10:00～11:30
- 申込開始日 7/29(火)～
- 対象 6カ月～1才半のお子さんと保護者
- 講師 栢森 早苗氏

詳しい情報
お申込は
HPにて↓



参加費
1回
ALL
¥300

定期開催事業

のんびりすごそうの会

毎月2回
第2、4木曜日
10:00～11:30

申込不要 参加費無料

学校をお休みしている
小・中・高校生が、
好きなことをしながらのんびり
過ごせる場所です
保護者の方も一緒に過ごせます

認知症予防カフェ ぷらぷらっとカフェ

おいしいお茶とお菓子で
ほっと一息
レクリエーションで脳トレ

7/25 8/22 9/26

13:30～15:00
毎月第4金曜日開催
参加費 ¥300
申込不要



親子の遊び場 スマイル♡ファミリー

参加費無料 出入り自由

- ひよこ（赤ちゃん～1歳未満）
- うさぎ（1歳～3歳未就園児）

時間	(火)	(木)	(金)
10:00～12:00	●	■	■
13:00～16:00	■	●	●



スマイル♡ファミリーの
入室状況は公式Xから
ご確認ください

共催事業のお知らせ

共催：子どもと若者の図書館ぷらに

子どもに関するドキュメンタリー映画上映会 第1弾

子ども と 若者 の



開催

居場所を考える映画上映会

8月3日(日)
13:00～15:30

共催：放課後等デイサービスてらこや

障害を知ろう！伝えよう！シリーズ第2弾

フクシからの街づくり ～繋がる支援とは～

開催

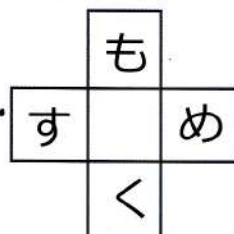
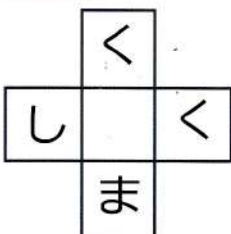
9月20日(土)
13:30～15:30 (予定)

講師：茂呂史生氏
株式会社ひいらぎ 代表取締役社長



？ レッツ脳トレ！

～真ん中に入る文字を考えてみよう～



休館日のお知らせ

毎月第4月曜日は休館日
・7/28 ・8/25 ・9/22
はお休みです