

8月 2026年・令和8年

回覧版

◎ ふれあいくん Vol.20 葛が谷地域ケアプラザ

◎ 都筑区 暴力団追放推進協議会だより

◎ 土砂災害に備えての がけ地調査 横浜川崎治水事務所

◎ 都筑区 認知症フォーラム 都筑区 高齢・障害支援課

ふれあいくん

葛が谷地域ケアプラザ広報紙 8・9月号

Vol.
120



地域の「活躍人」紹介



令和8年8月1日発行
横浜市葛が谷地域ケアプラザ
住 所：都筑区葛が谷16-3
代表電話：045-943-5951
発行責任者：梶山 辰吉

葛が谷地域ケアプラザが担当している地区には、さまざまな
場面で活躍している方々がいらっしゃいます。身近な地域にいる「活躍人（かつやくびと）」、
今回は、2026年春の叙勲を受けられた杉田文江さんをご紹介します。

地域とともに歩んだ30年

すいほうたんこうしょう

長年にわたり地域福祉に尽力された杉田さんが、このたび瑞宝単光章を受章
されました。穏やかな笑顔の奥にある30年の歩みと、その思いを伺いました。

「まさか自分が」驚きから始まった受章

受章の知らせは区役所から届きました。「本当にびっくりしました。

『私に?』という気持ちでいっぱいでした。特別な功績があるわけでもない
のに…と戸惑いもありました」しかし、平成4年12月から令和4年11月まで、

民生委員・児童委員として活動した30年という長い年月。その積み重ねが評価された結果でした。

「長年続けてきたことが、こうして認められたのかなと思います。本当にありがたいことです」

きっかけは一本の声かけから

民生委員・児童委員になったのは48歳の時。自治会長からの依頼がきっかけでした。「最初はまだ早いと思って
一度お断りしたんです。でも“これからは若い人の時代”と言われて、家族とも相談して引き受けました」当時は、
地域の有力者が担うことが多かった役割。そんな中で声をかけてもらえたことが大きな励みになったそうです。

「一人ではできない」支え合い

民生委員・児童委員は3年任期。杉田さんは10期、計30年務めました。「一人では何もできません。地域の
皆さんの協力があつたからこそ続けてこられました」高齢者の見守りや交流活動、ふれあいの場づくりなど、
日々の地道な活動の積み重ね。そのすべてが地域の安心につながっています。

天皇陛下からのお言葉

叙勲当日、天皇陛下から直接お言葉をいただく機会もありました。「何
を話せばよいか分からず緊張しましたが、地域の方との交流が楽しかった
ことをお伝えしました。本当にありがたい経験でした」

地域への思いが原動力

杉田さんが長く活動を続けてこられた理由は何だったのでしょうか。

「地域の方と顔を合わせて、声をかけ合うことが何より大切だと思って
います。ここに住んで50年以上、皆さんに受け入れていただいたことが
大きいですね」

これから地域活動を始める方、若い世代へ

「地域の行事や活動には、ぜひ積極的に参加してほしいです。隣近所の
つながりを大切にして、顔の見える関係をつくってほしいと思い
ます」長年にわたり地域に寄り添い続けてきた杉田さん。その歩みは、
これからの地域づくりへの大きな道しるべとなっています。



▲お嫁さんが描いた似顔絵



▲ご主人と一緒に

地域の活動紹介

葛が谷地域ケアプラザが担当する地区では、住民同士の交流・つどいの場や健康づくりへの取組などの地域活動が盛んに行われています。身近な地域で楽しんだり元気になれる場所をご紹介します。

ケアプラザ職員も伺っておりますので、ご相談等がございましたらお気軽にお声がけください。

荏田南どんぐりカフェ <荏田南地区>

荏田南三丁目自治会館では、毎月1回、体操を中心としたカフェが開催されています。専門講師の指導のもと、ボールやタオルを用いた体操や、音楽に合わせたリズム体操なども行っています。和やかな雰囲気の中、個々のペースに合わせながら楽しく健康維持ができる機会となっています。



後半は、早口言葉などの口腔体操と、座談会の時間となっています。時事ニュースや参加者からのテーマをもとに、活発な情報交換が行われています。それぞれの経験や知識を共有し合うことで、日常生活に役立つ情報を得ることができるのも魅力の一つとなっています。

荏田南どんぐりカフェ

日時：毎月第1月曜日（8月を除く）
10:30～12:00

会場：荏田南三丁目自治会館

対象：荏田南地区にお住まいの高齢者

参加費：200円

ふれあいの丘 あいテラス <ふれあいの丘地区>

ふれあいの丘地区の民生委員児童委員主催の高齢者サロン「あいテラス」は、今年7月で第75回目の開催となります。ふれあいの丘地区に住む高齢者の貴重な交流の場として、長年にわたり地域の絆を深めてきました。

ふれあいの丘 あいテラス

日時：原則第2木曜日

原則10:00～11:30

会場：葛が谷地域ケアプラザ

対象：ふれあいの丘地区にお住まいの
単身または夫婦のみ世帯の方

参加費：プログラムにより参加費あり

歌や体操、季節の作品作り、年2回の食事会、専門職からの講話など、参加者の興味を引くプログラムが盛りだくさんです。

参加者同士の交流を通じて、顔なじみが増え、孤立感を感じることなく過ごせる「あいテラス」は、ふれあいの丘地区に住む高齢者の心身の健康を保つ大切な拠点となっています。



事業・講座のご案内

学校に行かない日は
カラフルノート

New!

開催日時

時間：14:00～16:00

共催：児童家庭支援センターかあね

8月4日(火)、9月8日(火)、10月6日(火)
11月17日(火)、12月8日(火)

参加費
無料

申込
不要

出入り
自由

先生も生徒もない、マイペースで自分の好きな絵をのんびり描く広場です。絵を描かなくてもOKです！のぞきに來ただけでも、外出の練習先としても大歓迎です！！

雨天等で中止の場合は
当日10:00までにHPに掲載します



葛が谷地域ケアプラザHP▲

一緒に絵を描く
ボランティアさん
随時募集中！

対象 小・中・高校生・
ご興味のある方

会場 葛が谷地域ケアプラザ

持ち物 画材（あれば）、描きたい物、飲み物等

事業・講座のご案内



▲「ふれあいくん」
(葛が谷地域ケアプラザ
キャラクター)



子育てサロン きらきら

毎月第3金曜日 10:00~

定員: 13組 (事前申込先着順)

対象: 未就園児とその保護者 (きょうだい児の参加可)

9月18日 (金) 10:00~11:00

はじめてのコンサート

「ママゴスペル詩音」

ゴスペル曲の他、みんなが知ってる大好きな曲を歌ってくださいます! みんなで歌って盛り上がりましょう!

イベントを通じて友だちづくりや情報交換をするための地域のサロンです。

参加費無料



申し込み用二次元コード
(申込開始 7月17日 11:30~)



手芸サロン

参加費無料



編み物や刺しゅう等、一緒に楽しみませんか。

毎月第4水曜日

13:30~15:00

※初参加の場合は要申込
材料や道具は各自持参

日時: 8月26日 (水)

9月23日 (水・祝)

対象: どなたでも

パパママくらぶ

参加費無料

申込不要

働くパパさんママさんが参加しやすいように、土曜日に開催します! 子どもと一緒に体を動かしながら交流し、リフレッシュしましょう!

9月26日 (土) 10:00~11:30

定員: 10組 (当日受付先着順)

対象: 未就学児とその保護者

講師: 高田 昌子 氏

【認定指導員】

- ・日本マタニティフィットネス協会
- ・OKJエアロビックファミリー
- ・ダンス教育振興連盟JDAC

参加者に合わせた運動をして
くれるので体がほぐれますよ!

サーキット
運動

親子の心と
身体の
ふれあい体操



【タイムスケジュール】

10:00~11:00 親子で体を動かす

11:00~11:30 読み聞かせ、

産後ケア、
骨盤調整
自由遊び、
おしゃべりタイム 等

今日どこいく?

参加費無料

お外遊びが初めてのお子さんも、お出かけが大好きなお子さんも主任児童委員や地域の子育て支援者さんたちと一緒に近所で遊びましょう!

9月28日 (月) 11:00~

「おはなしのこみち」さん おはなし会

場所: つづきの丘小学校
コミュニティハウス前

申込不要

主催: 荏田南・荏田東近隣エリア
子育てネットワーク

問合せ: ポポラ ☎ 045-912-5135

パパ育児応援講座 + かわわといっしょ

10月3日 (土) 10:00~11:30

子どもにウケる! 絵本の読み聞かせ
& 茶話会 (かわわといっしょ)

パパも育児を楽しむための講座です!

講師: 全日本育児普及協会認定講師

定員: 10組 (事前申込制先着順)

対象: パパと未就学児 ※ママの参加可

持ち物: お子様がお気に入りの絵本・
おもちゃ等、お子様の飲み物

参加費
無料



後半、一緒に
茶話会をします



▲申し込み用
二次元コード

おしゃべりサロン かわわといっしょ

10月3日 (土) 参加費無料

10:00~11:30

対象: 未就学児とその保護者

定員: 10組

持ち物: お子様の飲み物 等

共催: 児童家庭支援センターかあね
都筑区にお住いの0~18才までの子どもを持つ親とその子どもから相談ができる児童福祉施設です。

地域包括支援センターから



8050問題って知っていますか？

皆様、8050問題って知っていますか？8050問題とは、80代の親が50代の子どもの生活を支えるという問題です。背景としてあるのが、「引きこもり」です。引きこもり問題は、1980年頃からの課題で、若者の問題とされていましたが、引きこもりが長期化し、親世代が高齢になっているという現実があります。

8050問題を抱えたご家庭は知られたくないという気持ちを持つ方が多く、地域から孤立しがちです。そのため、地域の情報も得られないといった実態があります。実際には、地域の助けを求めたい方もいるのですが、発信の仕方がわからない方も多くいらっしゃいます。

気になる方がいらっしゃったら、積極的な関わりでなくてよいので、ちょっとした声掛けやさりげない見守りをしていただければと思います。

地域の皆様と孤立しないまちづくりに取り組んでいければと思います。



地域包括支援センター 主任ケアマネジャー 井上

9月介護者のつどいのお知らせ

【無理なくできるトイレケアセミナー】

☆無理なくできるトイレ介助のコツ、いっしょに学びませんか？

日時：9月29日(火) 10:00～11:30

講師：株式会社ベネッセスタイルケア

ボンセジュール荏田ホーム長 五十嵐 亨 様

場所：葛が谷地域ケアプラザ 多目的ホール



<お問い合わせ・お申し込み>

地域包括支援センター 社会福祉士：片桐



ほろ.
ふこほまほ
あつたかい

社会福祉法人 横浜市社会福祉協議会

横浜市葛が谷地域ケアプラザ

住所：横浜市都筑区葛が谷16-3

電話：943-5951 FAX：943-5961

相談専用電話：943-5915

ご相談の際は、まずはお電話にてご連絡お願いいたします。

(夜間の貸部屋の予約がない場合は、18:00で閉館となります。)

開館時間

月曜日～土曜日 9:00～21:00

日曜・祝祭日 9:00～17:00

休館日：第4日曜日・年末年始

(デイサービスは日曜日および年末年始がお休み)



葛が谷地域
ケアプラザHP

※夜間開館については
こちらから
ご確認ください。



都筑ふれあいの丘駅より徒歩3分

都筑区暴力団追放推進協議会だより

第32回(令和8年度)都筑区暴力団追放推進協議会の総会

5月22日(金) 都筑警察署4階講堂にて開催

総会は、金子常任理事(広報委員長)の司会で開始。

冒頭、横田副会長からご挨拶をいただき、続いて扇山都筑警察署長、佐々田都筑区長、吉野都筑区連合町内会自治会長からご挨拶を賜りました。

その後、議案が審議され議案通り承認されました。

総会終了後、神奈川県警 組織犯罪対策本部 中屋警部補から「最近の暴力団情勢」ならびに暴力団が関わっていると言われる「匿名・流動型犯罪」「投資詐欺・ロマンス詐欺など」についても、ご講演いただきました。



令和7年度

理事会報告

●常任委員会

(令和7年4月4日)
総会準備・キャンペーングッズの選定について協議

●第1回理事会

(令和7年7月24日)
現在の活動実行状況の報告・今後の計画について協議し、「区民まつり」での暴排キャンペーン実施を決定

●第2回理事会

(令和7年11月27日)
現在の活動実行状況の報告・今後の計画について協議し、「駅頭キャンペーン」

センター・南駅前」での暴排キャンペーン実施を決定



発行 都筑区暴力団追放推進協議会
電話 949-2270

暴力追放 三ない運動+ワン

暴力団を 恐れない! 金を出さない! 利用しない! +協力しない!



神奈川県
横浜川崎治水事務所

がけ地の近くにお住いの皆様へ

土砂災害に備えて がけ地を調査します

いつから・どこを調査するのですか？

都筑区では、令和8年8月から調査を始めます。住宅の裏のがけ地等、都筑区内及び隣接区にまたがるがけ地約160箇所を調査します。土地に立ち入ることがありますのでご協力をお願いします。

何を調査するのですか？

がけ地の高さや傾斜度（勾配）等を調査します。

誰が調査するのですか？

神奈川県横浜川崎治水事務所が委託した作業員が調査します。身分証明書を携帯し、腕章を付けています。



※調査中の立会はありません

※調査を行うがけ地の近くにお住まいの方には調査のお知らせをポスト投函等で配布します

神奈川県は、土砂災害防止法に基づき、おおむね5年ごとに土砂災害警戒区域等の指定に必要な調査を実施します。横浜市内では、令和3年度までに土砂災害警戒区域等を指定しましたが、地形が変わったり、新たに確認できたがけ地等について、調査をして区域を見直します。なお、調査結果は、令和9年度中に公表する予定です。



問合せ先 神奈川県横浜川崎治水事務所急傾斜地第一課 ☎ 045-411-2520(直通)

がんばりすぎない！ 認知症介護

～無理なく続けられる介護の秘訣～

参加無料
事前申込制

日時 2026年9月12日(土)
14:00～16:00(開場13:30～)

会場 都筑公会堂(都筑区総合庁舎内)
都筑区茅ヶ崎中央32-1

定員 300名

講師 工藤 広伸さん(介護作家・ブロガー)

1972年岩手県盛岡市生まれ、東京都在住。

岩手でひとり暮らしをしている認知症で難病を抱える母親を東京から通いで遠距離在宅介護を続けて14年目。途中、介護離職を2度経験、祖母と父も介護し看取る。認知症介護の模様や工夫がNHK「ニュース7」や「あさイチ」などで取り上げられる。著書多数。



介護で仕事を
手放さないために

申込期間 令和8年8月10日(月)～令和8年9月3日(木)(定員になり次第受付終了)

申込方法 ①電子申請 右記二次元コード

電子申請▶

②電話・FAXは下記問合せ先へ。(裏面にFAX送信様式あり。)

※手話通訳をご希望の場合はお早めにお知らせください。



お問合せ 都筑区高齢・障害支援課 ※会場へのお問い合わせはご遠慮ください。

TEL:045-948-2306 (平日9時～17時) FAX:045-948-2490

【主催】都筑区認知症サポート連絡会／都筑区役所