

ご存知ですか「特殊詐欺被害防止 かるた」

かるたでSTOP！特殊詐欺被害（「特殊詐欺被害防止かるた」のおしらせ）
かるたで遊びながら勉強して、特殊詐欺被害を減らそう！

使い方は、「読み手が、かるたの
説明をして、勉強する。」
取った札をみんなで勉強する。」

- ・ニセ警察官に注意！
- ・キャッシュカードを他人
に絶対渡さない！！
- ・女性の声だからと油断は
禁物です！



かるたで遊びながら特殊詐欺の手口がわかります

神奈川県警 防止 かるた

検索

←詳しい内容は こちらで検索！

出典：神奈川県警察本部 ホームページ

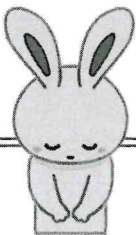
<https://www.police.pref.kanagawa.jp/kurashi/furikome/mesd0159.html>

ケアプラザ主催事業のご案内（令和8年2月～令和8年5月）

事業名	内容	2月	3月	4月	5月	時間	参加費等
あおぞらサロン	サロン	14	14	11	9	13:30～15:00	100円
スズメ ガッコウ コウシ 雀の学校（講師はいません）	健康麻雀	25	11・25	8・22	13・27	15:00～17:15	無料
めだかの会	介護者の会	26		23		10:00～11:30	無料
にこにこ広場	おやこ広場	20	20	17	15	10:00～11:30	100円
おもちゃ病院	おもちゃ修理	20		17	15	10:00～11:45	実費
スマイルカフェ	カフェ	24	24	28	26	10:30～11:30	100円
囲碁サロン（フリースペース）	囲碁を介した交流	7・21	7・21	4・18	2・16	13:30～16:30	無料
防災訓練		26				13:30～14:30	無料

～拾得物について～

令和7年12月末日までに拾得されたお忘れ物・落とし物で、お引取りのない物につきましては令和8年3月末日に整理及び処分させていただきますので、ご理解いただきますようお願いいたします。お心あたりのある方はケアプラザまでお問い合わせください。



能見台地域ケアプラザ新聞

(社会福祉法人恩賜財団済生会の花)

なでしこ

第145号

横浜市能見台地域ケアプラザ
〒236-0058
横浜市金沢区能見台東2番1号
TEL：045（787）0991
FAX：045（787）0993
令和8年1月24日 発行

地域包括支援センターは高齢者の福祉・医療に関する身近な相談窓口です。
来所相談の際は、お電話にてご予約いただきますようお願い申し上げます。

採用情報 居宅 ケアマネジャー デイ 介護・送迎スタッフ・看護師・調理員
包括 主任ケアマネジャー ♪応募前の見学などお気軽にご連絡ください。

明けましておめでとうございます。



令和8（2026）年の新年を、皆さま健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、昨年のわが国を振り返りますと、経済面ではさまざまな課題に直面しました。物価高、円安、コメ価格、トランプ関税・・・社会面においても、自然災害や害獣など、予測のできない出来事が数多く起こりました。そのようななか、政治面では女性初の総理大臣として高市首相が就任し、上記の課題を含め改善に向けた議論が活発化しました。

当施設でもいろいろなかたちで影響があり、その対応に苦慮した一年でした。未来を予測しがたい、不確実な時代であるがゆえ、今年はいろいろな可能性を想定しながら、うまく順応していく必要があると考えております。既定の考えに固執せず、柔軟で新しい発想、行動を実践していきたいと思っております。

今年の干支は丙午（ひのえうま）になります。いろいろなことにチャレンジするにふさわしい年と思っております。当施設の活動を通して、ご利用いただいております皆さまが新しい価値、喜びなどを感じていただけるよう、職員一同努力していく所存です。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

所長代行 折登 剛

合同防災訓練を実施します

能見台地域ケアプラザと能見台地区センターは、年2回、合同で防災訓練を実施しています。このたび能見台消防出張所のご協力を得て、避難訓練、起震車体験を予定しております。一般の方もご参加いただけますので、是非お立ち寄りください。（雨天時は中止になることもあります。）

日時 2月26日(木) 13時30分～14時30分（予定）
場所 能見台地域ケアプラザ 駐車場



（過去の起震車体験の様子）

令和8年度
リラックスダンスと まったりヨガ

開催日： 令和8年4月～令和9年3月 毎月第3水曜日（全12回）
（4月15日が初回になります。）

時 間：13時30分～15時00分

会 場： 横浜市能見台地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象： 成人女性

参加費： 3,000円（12回分）

※自己都合による払い戻しは原則できません。

※4月初回に集金いたします。

（300円/1回ごとにお支払いいただく場合）

申込み： 令和8年3月10日（火）9時～ 申込先着順 13名迄

持ち物： 上履き・汗拭きタオル・水分補給の飲み物・ヨガマット（あれば）・

バスタオル（貸出用ヨガマットに敷いてお使いください）

※動きやすい服装でご参加ください。



4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R9/1月	2月	3月
15日	20日	17日	15日	19日	16日	21日	18日	16日	20日	17日	17日

気ままサロン あおぞら

地域のみなさまがふれあい楽しく集まるサロンです。

開催日：2月14日（土）

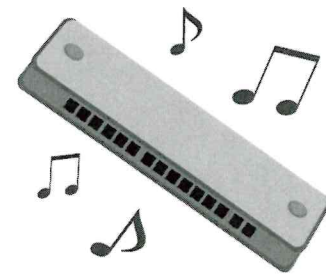
時 間：13時30分～15時00分

会 場：横浜市能見台地域ケアプラザ 多目的ホール

内 容：ハーモニカ演奏

参加費：100円（茶菓子代として）

申込み：受付中



開催日：3月14日（土）

時 間：13時30分～15時00分

会 場：横浜市能見台地域ケアプラザ 多目的ホール

内 容：ウクレレ演奏

参加費：100円（茶菓子代として）

申込み：2月14日（土）9時～

申込先着順 30名迄

申込先指定の無い催しについては、下記までご連絡をお願いします。
横浜市能見台地域ケアプラザ（電話： 045-787-0991）

自分の足ですっと歩けるカラダづくり

開催日： 3月5日（木） 13時30分～15時00分

会 場： 能見台地区センター 多目的室

講 師： 有限会社ビーアウェイク

代表 久野 秀隆氏

対 象： おおむね65歳以上の方

参加費： 無料 申込先着 30名

申込み： 令和8年2月3日（火）9時～

持ち物： 水分補給の飲み物・汗拭きタオル（上履きは不要です）



例年人気の講座で会場を広く設けるため、2階地区センターで行います
ご注意ください

街の先生とフレイル予防
～和紙ちぎり絵～

開催日： 3月19日（木）

10時00分～11時30分

会 場： 横浜市能見台地域ケアプラザ

多目的ホール

対 象： おおむね65歳以上の方

参加費： 400円 申込先着 16名

申込み： 令和8年2月13日（金）9時～

持ち物： 不要

介護者のつどい
めだかの会

介護のことで普段困っていることや
不安、疑問等を話し合う情報交換の
場です。介護の合間に
ちょっと息抜きしませんか？

<おしゃべりの会>

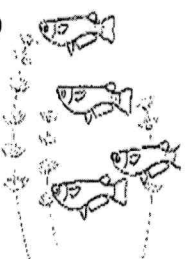
開催日：2月26日（木）

時 間：10時00分～11時30分

会 場：横浜市能見台地域ケアプラザ

ボランティアルーム

参加費：無料 申込み：不要



デイサービスたより

ボランティア活動募集！

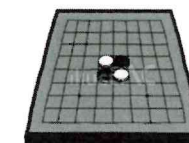
デイサービスではボランティア活動をして下さる方を募集しております。

午前：配茶・ドライヤーなど。

午後：配茶・囲碁・将棋・オセロなどコミュニケーション活動になります。

是非、一度ご見学にいらして下さい、明るく過ごしやすいデイサービスです。

お待ちしております。



担当：大久保・石川
電話：045-787-0991