

平成31年度老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘

維持管理計画概要書

指定管理者 社会福祉法人 朋光会

項 目		内 容
1 施設の維持管理体制		所長 1名 主事 1名 事務員 1名 コミュニティスタッフ 17名
2 施設の維持管理に関する考え方	設備の保守管理	毎日の業務の中で職員が簡単な設備点検を実施し、管理者が事前に対応できる体制を作ります。年一回実施している施設簡易点検を行なう。専門的には月一回、委託業者による設備総合巡視点検を行い保守管理に万全を期します。
	施設の清掃	毎日の館内及び施設周りの清掃は委託業者が行います。床清掃、ガラス清掃、空調機器フィルター等についても年間契約した業者に委託して実施する。ご利用者の方が快適に利用できるよう細かく徹底します。
	施設の点検	年間契約した委託業者とその都度打合せをして早期的な対応ができるように管理します。専門業者による定期点検を実施します。エレベーターの点検は、FM契約を行なう。
	植栽の維持管理等その他の維持	植栽の維持管理には地域の業者に委託し、維持管理を行ないます。職員の担当者が敷地内花壇の花の植え替えを行ないます。年1回地域住民やご利用者にボランティアを集い、植樹等を行ないます。
3 施設の安全管理に関する考え方		防災対応としては、年2回消防設備点検を実施し、年1回は計画書を戸塚消防署へ提出する。避難訓練、初期消火訓練、AED取扱訓練、非常放送設備取扱訓練などを行なう。また震度5強の地震が起きた場合は、職員が避難場所としての協力体制を優先します。基本的には「危機管理マニュアル」により、状況に即した対応を速やかに実施します。夜間や休館日には委託業者による機械警備、巡回警備を実施して管理していきます。

※施設の維持管理の内容がわかる各保守管理等の仕様書等を添付してください。

事業計画書様式 2- (2)

<p>1 申請団体に関すること</p> <p>(ア)申請団体の経営方針について</p> <p>(イ)申請団体の事業実績(活動実績)について</p>
<p>(ア) 申請団体の経営方針について</p> <p>1. 私たちは、常にご利用者一人ひとりの目線に立って、正しく行動します。</p> <p>ご利用者はその育った環境、現在置かれている立場により考え方は違って来るはずだと考えます。私たちはご利用者の訴えを心からの一生懸命聞き取ります。</p> <p>2. 私たちは、常に豊かな心をもって、地域との交わりを大切にします。</p> <p>私たちは、地域の皆さまに生かされております。「秋祭り」「文化祭」「演芸大会」「音楽会」などのイベントには年齢を問わず、障害のあるなしに拘わらず大勢の地域の皆さまが各施設を訪れて下さいます。又私たちは近隣の保育園・小・中学校の入学式、スポーツフェスティバル、文化祭、卒業式等には出席させて頂き、地域の皆さまとの交流を大切にしております。又「こども 110 番の家」として小学校のPTAの依頼をお引き受けします。そして遊びつかれた子どもたちの「水のみ場」「高齢者との世代間交流」としての場の提供をさせていただくため学校側と話し合いを行います。</p> <p>3. 私たちは、常に広い視野に立って、より高い目標にチャレンジします。</p> <p>私たちは、法人全体の教育機関である「研修委員会」を平成 21 年に立ち上げました。全施設でスキルの向上を図り、職員の指導育成の取り組みを行っていきます。</p> <p>(イ) 申請団体の事業実績について</p> <p>1、社会福祉法人朋光会では戸塚区内に特別養護老人ホームを 2 施設、地域ケアプラザを 3 施設、老人福祉センターとデイサービスセンターを 1 施設、計 6 施設の運営をおこなっております。昭和 62 年 5 月、左近山中央診療所院長 福村豊が戸塚区名瀬町に私財を投げ打って建てた特別養護老人ホーム「太陽の國」の運営を開始しました。</p> <p>2、平成 11 年 12 月に聖母会が運営していた「デイサービスセンター横浜市戸塚柏桜荘」の移管運営を開始しました。平成 14 年 11 月戸塚区で 8 施設目となる「南戸塚地域ケアプラザ」を受託運営、平成 18 年 3 月に特別養護老人ホーム「太陽の國ほ도가や」の運営を開始しました。平成 18 年 4 月「老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘」を社会福祉協議会から移管し、南戸塚地域ケアプラザとともに指定管理者としての指定を受け運営を開始しました。平成 20 年 11 月、戸塚区で 10 施設目となる「名瀬地域ケアプラザ」。最近では、平成 23 年 12 月に「川島地域ケアプラザ」を指定管理者として運営開始しました。</p> <p>3、1法人で 6 施設を運営することにより、定期的な連絡会で情報交換や研修を実施し相互チェックや資質の向上を常に研鑽しています。又医療法人「豊医会」との連携で医療と福祉・保健のネットワークで重層的なサービスの提供が可能となっています。</p>

事業計画書様式 2-(3)

<p>2 老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘の管理運営に対する基本理念に関すること</p> <p>(ア) 老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘の管理運営を希望する理由について</p> <p>(イ) 申請団体における老人福祉センター管理運営の位置づけについて</p> <p>(ウ) 戸塚区の特徴や老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘の設置目的と、運営への反映の考え方</p>
<p>(ア) 老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘の管理運営を希望する理由について</p> <p>老人福祉法第 20 条の 7 に則り、平成 18 年度から老人福祉センターの指定管理者として運営していた実績からその管理運営に自信があります。又社会福祉法人朋光会と医療法人豊医会は「アポロングループ」として「安心して暮らせる社会への貢献」をテーマとし、ご利用者と地域社会へ「安心」「安全」「癒し」を提供することを使命として活動しています。老人福祉法 20 条の 7 の設置目的から地域における保健・福祉サービスの提供や教養の向上及びレクリエーションのための便宜を総合的に供与することができると考えます。</p> <p>(イ) 申請団体における老人福祉センターの管理運営の位置づけについて</p> <p>アポロングループの経営理念であります「Total Human Life Care」「一人ひとりの笑顔のために」に沿い、老人福祉センターが介護予防を実践する場として、又住み慣れた土地で、家族や友人や近所の人たちと与えられた人生を楽しく過ごせるように、気楽に活用できるようにいたします。</p> <p>(ウ) 戸塚区の特徴や横浜市戸塚柏桜荘の設置目的と、運営への反映の考え方</p> <p>戸塚区は、旧東海道沿いを中心に古くからの住民が多い地域と、再開発された戸塚駅周辺や東戸塚の多くのマンション等の比較的若い世代の住民が多い地域、それらの混在する地域と様々であるが、横浜市の平均に比べ、やや若い層が多い区であると言えます。しかし老年人口の増加や高齢者世帯の増加による高齢化傾向は明らかです。従って、高齢者の生活支援の必要性は年々高くなっており、その心身の健康の保持及び生活の安定のために必要な措置を講じ、老人福祉の向上を図ることが設置の目的です。</p> <p>今後とも、老人福祉センターが気軽に且つ有意義に利用できる施設であることを広く地域にアピールするとともに、地域の高齢者ニーズを幅広く把握して、老人福祉法に沿った基本事業や自主事業に反映しつつ、老人福祉センターを世代間交流の場、地域に開かれた交流の拠点として運営することにより、地域住民の福祉と文化の向上を図ります。更に、趣味・教養の講座とともに健康教育や介護予防の事業も継続して行なっていきます。</p>

事業計画書様式 2-(4)

<p>3 老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘の管理運営に対するニーズ等の把握に関すること</p> <p>(ア) 地域の特徴のとらえ方と、運営への反映の考え方</p> <p>(イ) 地域ニーズや利用者ニーズのとらえ方と、運営への反映の考え方</p>
<p>(ア) 地域の特徴のとらえ方と、運営への反映の考え方</p> <p>2-(3)-(ウ)でも述べさせていただきましたが、戸塚区は高齢化率の高い地域となっております。マンション建設率が高く若い居住者の人口構成が年を重ね、高齢化率が高くなっていく傾向にあります。特に柏桜荘周辺は施設とほぼ同じ時期の 30 年近く前に建てられた集合住宅が多く、高齢者だけの世帯や、支援を必要とする世帯が多くなっております。要介護状態の住民が何のサービスにも結びついていないという情報も寄せられております。「つながりを大切にする地域をつくる」ために「地域を知り、地域を活かす」場として情報・支援が、迅速に対応可能な施設に届くような老人福祉センターにしたいと思っております。</p> <p>(イ) 地域ニーズや利用者ニーズのとらえ方と、運営への反映の考え方</p> <p>一人ひとりが「私たちに今できること」を地域で実践してつくり上げていくものです。そして戸塚区は「戸塚区地域福祉保健計画」を「とつかハートプラン」として策定し、これらの過程においても、老人福祉センターが地域のニーズの新たな発見や掘り起こしに繋がられるものと考えます。柏桜荘は「地域での繋がりをつくる」ための場の提供を積極的におこないます。</p> <p>又、柏桜荘を利用されている団体や個人のご利用者のニーズを把握するために、定期的に「利用者会議」を開催して意見の交換をおこないます。そしてロビーや図書コーナー、大広間のご利用者との「世間話」からも利用者ニーズをとらえるように努力します。</p> <p>また地域自治会や老人会の人たちを対象に説明会の開催や、利用方法などの情報提供とともに質問やご意見・ご要望をお伺いして、運営に反映させていきます。</p>

事業計画書様式 2-(5)

4 老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘でのサービスの提供に対する考え方

(ア) サービスの提供に関する基本的な考え方

(イ) 会議室等の利用に関する取扱いについて

(ウ) 活動の場を必要とする個人や団体に対する相談、調整、助言等について

(ア) サービスの提供に関する基本的な考え方

地域に開かれた交流拠点として、基本事業のほかに自主事業等を展開し、地域住民の福祉と文化の向上をはかります。そして介護予防事業の位置づけも重要と考えるので、介護予防に係わる事業を積極的に展開していきます。

そして職員全員が気を引き締めて取り組まねばならないことは「個人情報の保護」及び「守秘義務の確認」と考えます。平成 17 年 4 月 1 日から「個人情報保護法」が施行され、平成 29 年にはさらに同法律の改正もあり、朋光会では「個人情報管理規定」並びに「個人情報保護方針」を定め、これらの研修を行い、趣旨の徹底をはかってきました。今後も引き続き個人情報の保護に関しまして職員全員で徹底いたします。又パソコン等で作成した記録媒体の持ち出し禁止の徹底と、ケースファイルなど個人情報資料は持出を禁止いたします。

サービスの提供に対しては、ご利用者側の利便性の考慮と公平さが重要になってきます。自己主張の強いご利用者のご意見ばかりを取り入れる傾向にならないように、公平なサービスの提供をいたします。

(イ) 会議室等の利用に関する取扱いについて

ご利用者のご意見・ご要望を参考にして平成 23 年 4 月から柏桜荘内団体に関しては、各半年間にわたる利用教室の確保は老人福祉センター側がおこないます。それ以外の地域自治会・町内会・地域団体利用は日曜日(原則)に限り無制限の予約とします。当日になって空いている会議室等は申し込みを行えば何回でもご利用いただけるように致します。特に日曜日の利用率が低いので、町内会館を持たない町内会の会議等にご利用いただけるように積極的に働きかけていきます。平成 25 年度からは近隣小学校卒業生謝恩会の場の提供も今後も相互共助のもと行っていきます。

(ウ) 活動の場を必要とする個人や団体に関する相談、調整、助言等について

老人福祉センターを地域における気楽に相談できる場といたします。

活動の日時・場所が重なったりした時は、老人福祉センター側が連絡調整して、お互いが満足いくように取り計らいます。平成 26 年度からは自治会内の活動グループも文化祭発表会に参加してもらい、今後も継続していく予定です。

また自薦・他薦で活動の場として老人福祉センターのご利用を御希望の場合は、積極的に希望者を募り、一つの教室として成り立つように調整をおこないます。

事業計画書様式2-(6)

4 高齢者への配慮に関すること

(ア) 高齢者の健康づくりや介護予防に対する取組について

(イ) 高齢者の生活相談、健康相談、助言等について

(ア) 高齢者の健康づくりや介護予防に対する取組について

社会福祉法人朋光会と医療法人豊医会は同一グループとなっております。

医療法人豊医会は左近山診療所(昭和43年開設有床診療所)や左近山訪問看護ステーション、左近山訪問介護ステーション等を運営しております。従いまして、朋光会・豊医会は「医療」「看護」「介護」「生活支援サービス」を提供するトータルヒューマンライフケアの法人を自負しております。

1. 左近山中央診療所の院長(朋光会理事長も兼務)が月に一度、内科医からの目で捉えた疾病についての講義をおこなっております。講義の後半はご利用者の健康についての個人的な相談会となっております。毎月40人程度のご利用があり今後も継続してまいります。

2. 自分の健康についての意識向上のための「健康づくり」については運動を中心としたメニューを多く取り入れていきます。

(健康体操教室・脳トレ体操・脳トレ音楽体操・ヨガ教室・太極拳・フラダンス等)

3. 介護予防の取組としましては、デイサービスセンターとの併設という利点を活かし、介護予防事業を積極的に取り入れていくことを今後とも続けてまいります。町内会等で主催する介護予防事業を積極的に応援し、運動や食事、生活習慣がメタボリック予防にいかに関与しているかを周知するための事業を取り入れていきます。

(イ) 高齢者の生活相談、健康相談、助言等について

1. 当法人の理事長である内科医医師の健康講座を毎月1回行い、講義の終了後に生活相談、健康相談、助言を今後も引き続きおこないます。

2. デイサービスセンターと併設であるため、看護師が常駐しております。血圧計が常設されており、看護師の助言が必要となる場面も多くあります。老人福祉センターをご利用中に気分の悪くなったご利用者に対する看護師の助言や救急車の要請の判断も引き続きおこないます。

事業計画書様式2-(7)

5 事業の実施に関すること

(ア) 自主事業計画に対する基本的な考え方

※具体的な自主事業計画については別紙事業計画様式3、4に記載してください。

(ア) 自主事業計画に対する基本的な考え方

法人の経営理念である「安心して暮らせる社会への貢献」をテーマに、一人ひとりの笑顔のために「安全」と「安心」と「癒し」を提供することを、自主事業計画の基本姿勢としております。

先発法人でもある医療法人豊医会と当同法人が継続している「看介護で人の手及ばないところまで『癒し』を届ける音楽療法」プロジェクトメンバーが活動し、質の高い音楽プログラムを提供します。また、誰でも一緒に歌えて利用者に人気の高い「歌声セルフ喫茶」「カラオケで高得点」プログラムを継続し、新たに自主事業「昭和の音楽を楽しむ会」を開講した。高齢者は歌やカラオケの好きな人が多く、お友達を誘い、そこで知り合った方とお友達になったりし、在宅中心の高齢者が興味を持って、外へ(老人福祉センターに)出たくなるような幅広いジャンルの音楽講座を取り入れた。近隣小学校との交流会の企画書を学校へ持参し、各学年の教員と打合せを行い実施する。

その他、基本的には、

1. 老人福祉法及び横浜市老人福祉施設条例や運営要綱に基づいた運営ができるように事業の展開をします。
2. 健康づくりや介護予防に関する事業を展開します。
3. 気楽に出かけてみる気になる事業の展開をします。
4. 定年後の男性に参加していただけるような企画をします。
5. 「癒し」の推進のために音楽に関する企画をたくさん取り入れます。
6. 地域交流を盛んにするために、子どもから高齢者までが参加できる企画をとりいれます。

文化祭・秋祭り・演芸大会等

7. 一部のご利用者ばかりが参加の機会が多ならないように広く大勢の人にご利用いただけるように、パンフレット・広報誌、判りやすい利用のしおりの作成などPRに力をいれます。
8. 業務のマニュアル化
公平なサービスの提供のためには、全てのスタッフが同じ対応ができるように、業務内容のマニュアル化を徹底します。

事業計画書様式2-(8)

<p>6 施設の経営に関する考え方</p> <p>(ア)指定期間中の経営に関する基本的方針について</p> <p>(イ)効率的運営のための具体的な計画について</p>
<p>(ア) 指定期間中の経営に関する基本的方針について</p> <p>老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘(以下=柏桜荘)は、戸塚区との基本協定書に従い、指定管理期間中の経営を行うものとします。</p> <p>1.戸塚区が指定する期日までに収支決算書を提出し、戸塚区の確認を得るものとします。</p> <p>2. 収支決算書の内容又はそれに関する事項について、戸塚区から報告または説明を求められたときは、これに応じるものとします。</p> <p>3.柏桜荘は、本業務を終了するまで収支決算書の写しを保管いたします。</p> <p>4.柏桜荘は、戸塚区が定めた指定管理料の範囲内で予算を定め、それに基づいて管理運営をするものといたします。</p> <p>5.柏桜荘は、介護報酬により運営をおこなう通所介護事業のデイサービスセンターに係わる経理と、特に区分を明確にするものといたします。</p> <p>(イ) 効率的運営のための具体的な計画について</p> <p>1. 経費節減をおこなう</p> <p>1)管理費の削減</p> <ul style="list-style-type: none">・築29年が経過した柏桜荘は、経年劣化による老朽化がすすみ修繕箇所が多々出てきております。修繕の優先順位を定め、公正なる相見積もりを行い経費節減します。費用が大きくなる修繕に関しては戸塚区と協議の上、実施します。・電気代・ガス代の経費節減の目的で不要な照明は消す事を全職員が一丸となって徹底管理します。 <p>今後必要であればLED照明に更新するなどして節電を常に意識しています。</p> <p>2) 人件費の削減</p> <ul style="list-style-type: none">・業務の効率化を図り、各担当制にすることにより無駄な残業をせず、人件費の削減を図ります。 <p>3) 事務費の削減</p> <ul style="list-style-type: none">・消耗品、備品については管理を厳密に行い、経費節減に結びつけます。 <p>2. デイサービスセンターとの併設</p> <p>この特徴を活かし行事等を合同でおこない、人件費や経費の削減をおこないます。</p>

事業計画書様式 2- (9)

<p>8 施設の運営に関する職員体制・情報保持等の考え方</p> <p>(ア)職員の配置及び採用について</p> <p>(イ)職員の研修計画について</p> <p>(ウ)個人情報の保護の措置について</p>
<p>(ア) 職員の配置及び採用について</p> <ol style="list-style-type: none">1. 老人福祉センターとデイサービスセンターを別々の管理者(所長)を置くことにより各々の業務の内容をより一層充実したものとします。2. 事務関係については、所長自らがプレイングマネージャーとし統括することとします。不在時の為、主事又は事務担当者 1 名が代理対応します。 施設の管理や各教室の管理運営、コミュニティスタッフの管理等には事務関係の統括が重要となってきます。3. 勤務シフト表を毎月作成し、シフト表に基づいた勤務をします。4. 採用は所長 1 名・主事 1 名、事務担当者 1 名・コミュニティスタッフ 17 名が欠員になった場合、広く地域に周知して適任者を採用とします。 <p>(イ) 職員の研修計画について</p> <ol style="list-style-type: none">1. 毎年度、研修計画を立案し、全体研修を年間 4 回実施していきます。 法人の倫理・理念、人権、個人情報保護、苦情対応を重点的におこないます。2. スタッフの部門ごとの研修を年間 4 回以上実施します。職員の質的向上を図っていくため、職場内研修を積極的におこなっていきます。3. 外部研修にも積極的に参加し、参加した職員からの伝達講習を開催し、情報の共有化をはかっていきます。さらに研修報告書を回覧し、その周知に努めます。 <p>(ウ) 個人情報の保護の措置について</p> <ol style="list-style-type: none">1. 職員に対しては個人情報保護に関する研修会を年間1回4月に実施し、その重要性を周知徹底するとともに、横浜市個人保護条例を遵守し、退職後も同様とする旨の周知をおこないます。2. 新入職員についても入職時に個人情報保護に関する研修をおこないその重要性を周知徹底するとともに、横浜市個人保護条例を遵守し、退職後も同様とする旨の周知を行い、誓約書の提出を求めます。3. 施設内に個人情報保護についての取組みを掲示し、ご利用者に周知いたします。

事業計画書様式 2-(10)

<p>8 緊急時対策について</p> <p>(ア)防犯、防災の対応について</p> <p>(イ)その他、緊急時の対応について</p>
<p>(ア) 防犯、防災の対応について</p> <p>1. 福祉施設を巡る犯罪が発生しておりますので、職員の防犯意識の向上に努めます。防犯、防災のためのマニュアルの整備を図り、年度毎に点検、見直しをおこなっていきます。パソコンの盗難に関しては、その防止のためにパソコン盗難防止ワイヤーロープの設置を引き続き行います。全パソコンにはパスワードを設定し職員以外は使用できないように設定しています。その他にはパソコンから 5 分間離れると自動的にロックがかかるように設定しています。</p> <p>2. 職員の居なくなる夜間、休館日については「機械・巡回警備」を引き続きおこないます。</p> <p>3.職員緊急連絡網の作成</p> <p>災害や事故等緊急時の対応については「職員緊急連絡網」を作成して、正確で迅速な対応が取れる体制作りを引き続き行います。</p> <p>(イ) その他、緊急時の対応について</p> <p>1.消防計画の作成と消防訓練の実施</p> <p>消防計画を作成し、戸塚消防署の指導により 1 年に 2 回以上の消防訓練・避難訓練・AED 訓練・心肺蘇生訓練、緊急連絡訓練等を行います。</p> <p>2. 看護師が終日勤務しているデイサービスセンターとの併設の長所を活かし、互いのセンターが連絡を密に取ることにより、ご利用者の緊急時には適切な処置をすることができます。</p> <p>3. ご利用者の緊急時にかかりつけ医との連絡が取れない場合、同じ法人の理事長である内科医に指示を仰ぐことが可能となっております。</p> <p>4. 平成 24 年 4 月 1 日より「老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘災害時等における施設利用の協力に関する協定」を戸塚区と締結し実施しております。その他にも「横浜市防災計画」の中で、柏桜荘は災害時における「福祉避難所」として指定されており、平成 19 年に柏桜荘は「福祉避難所応急備蓄整備施設」として指定され、定められた人数の 3 日分の食料品・水・毛布が備蓄されております。他にも「帰宅困難者受入施設」として平成 23 年度戸塚区と協定を結びマニュアル作成し職員の緊急招集対応に備えます。緊急時の連絡体制や災害時の職員の役割分担を常日頃から周知し、平成 27 年度 4 月から安否確認システムを導入し、より一層緊急時について備えていきます。ご利用者には、災害発生時の避難経路や避難場所を周知していきます。</p>

老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘自主事業計画書

団体名 社会福祉法人 朋光会

事業名	①募集対象	自主事業予算額					
	②募集人数	総経費	収入		支出		
	③一人当たり参加費		指定管理料 から充当	参加費	講師謝金	材料費	その他
《趣味の教室 前期・後期》 健康増進体操 毎週火曜日各24回×2	60歳以上						
	30名						
	無料	¥267,264	¥267,264	¥0	¥267,264	¥0	
《趣味の教室 前期》 らくらくリンパケア体操 12回コース	60歳以上						
	20名						
	無料	¥66,822	¥66,822	¥0	¥66,822	¥0	
《趣味の教室 前期》 「平家物語」(「鹿が谷」まで) 12回コース	60歳以上						
	15名						
	無料	¥66,822	¥66,822	¥0	¥66,822	¥0	
《趣味の教室 前期》 災害と孤独「方丈記」を 読む 12回コース	60歳以上						
	15名						
	無料	¥66,822	¥66,822	¥0	¥66,822	¥0	
《趣味の教室 前期》 ハンドメイドでモノづくり(カラー ジュ、風呂敷でカバン等) 12回コース	60歳以上						
	15名						
	無料	¥66,822	¥66,822	¥0	¥66,816	¥0	要材料費
《趣味の教室 後期》 横浜中華街食べ歩きマップ 12回コース	60歳以上						
	20名						
	無料	¥66,816	¥66,816	¥0	¥66,822	¥0	
《趣味の教室 後期》 体幹を鍛えるヨガ 12回コース	60歳以上						
	15名						
	無料	¥66,822	¥66,822	¥0	¥66,822	¥0	
《趣味の教室 後期》 疲労回復デトックスストレッチ 12回コース	60歳以上						
	15名						
	無料	¥66,822	¥66,822	¥0	¥66,822	¥0	
《趣味の教室 後期》 脳活音楽療法 大人のリトミック 12回コース	60歳以上						
	15名						
	無料	¥66,822	¥66,822	¥0	¥66,822	¥0	
《趣味の教室 後期》 つまみ細工針を使わない 手芸 12回コース	60歳以上						
	15名						
	無料	¥66,822	¥66,822	¥0	¥66,822	¥0	
《単発講座》 シニア向け食育～今月のレシピ 6回コース							
	20名						
	無料	¥33,408	¥33,408	¥0	¥33,408	¥0	材料費
《単発講座》 そば打ち 1回コース							
	6名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	材料費

《単発講座》 テーブル茶道 1回コース	8名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	材料費
《単発講座》 紙バンドで作るバッグ 4回コース	15名						
	無料	¥17,816	¥17,816	¥0	¥17,816	¥0	材料費
《単発講座》 アロマテラピー 1回コース	10名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	材料費
《単発講座》 手作りマイ箸 1回コース	20名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	材料費
《単発講座》 海外生活体験談 1回コース	30名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 プランターで野菜作り 1回コース	15名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 コーヒーの淹れ方 1回コース	20名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 ビーズアクセサリ 1回コース	15名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 色鉛筆でスケッチ教室 1回コース	10名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 夏みかんで手作りジャム教室 1回コース	10名						
	無料	¥4,454	¥4,454	¥0	¥4,454	¥0	
《単発講座》 季節を楽しむ折り紙 1回コース	10名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	材料費
《単発講座》 エンディングノートの書き方 1回コース	20名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 手話講座 1回コース	10名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 60の手習いシリーズ～ウクレレ 1回コース	6名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 60の手習いシリーズ～小筆 1回コース	10名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 傾聴講座 1回コース	10名						
	無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	

《単発講座》 季節を楽しむ絵手紙 1回コース	10名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 疲労回復デトックスストレッチ 1回コース	15名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 雑学歴史のうら話 1回コース	20名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 世界遺産を知ろう 1回コース	20名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 体幹を鍛えるヨガ 1回コース	15名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《特別講座》 健康よろず相談 定期開催	20名 無料	¥0	¥0	¥0	¥0	¥0	
《イベント》 新春カラオケ大会	60名 無料	¥0	¥0	¥0	¥0	¥0	
《イベント》 囲碁大会	40名 無料	¥0	¥0	¥0	¥0	¥0	
《単発講座》 わが街わが家の防災計画	30名 無料	¥0	¥0	¥0	¥0	¥0	講師2名
《単発講座》 うたごえ喫茶 毎月第2・4水曜日	60名 無料	¥480,000	¥480,000	¥0	¥480,000	¥0	講師2名
《単発講座》 ボイストレーニング 毎月第3水曜日	40名 無料	¥120,000	¥120,000	¥0	¥120,000	¥0	
《特別講座》 内科医講座 毎月第4木曜日	年齢問わず 40名 無料	¥180,000	¥180,000	¥0	¥180,000	¥0	
《単発講座》 脳活音楽セミナー大人のリトミック	15名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 パステルシャインアート 1回コース	10名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 断舍利とお掃除テクニック 1回コース	15名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 キッチンでガーデニング 1回コース	15名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 認知症サポーター講座 1回コース	20名 無料	¥0	¥0	¥0	¥0	¥0	
《単発講座》 横浜中華街を歩こう 3回コース	20名 無料	¥16,705	¥16,705	¥0	¥16,705	¥0	
《単発講座》 つまみ細工～針を使わない手芸 1回コース	10名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 手作りのティディベア 1回コース	10名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 日本舞踊エクササイズ 1回コース	20名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《単発講座》 POPS専門カラオケで高得点 毎月第3水曜日	40名 無料	¥120,000	¥120,000	¥0	¥120,000	¥0	
《単発講座》 眠りのお話 1回コース	20名 無料	¥5,568	¥5,568	¥0	¥5,568	¥0	
《イベント》 あしなが音楽会 毎月土曜日	年齢問わず 1,200名	¥801,864	¥801,864		¥801,864	¥0	
合計		¥2,798,807	¥2,798,807	¥0	¥2,798,807	¥0	

老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘自主事業別計画書（単表）

団体名 社会福祉法人 朋光会

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
趣味の教室 (前期・後期) 健康増進体操	横浜市老人福祉センター趣味の教室実施要項に基づく。 横浜市公認スポーツ指導員を講師とし、市内在住60歳以上の方を対象とする。 目的は健康増進、認知症予防とする。 一般の人が行う体操を高年齢者向けにアレンジし、楽しく行えるようにする。 体操だけでなくコミュニケーションの場として活動する。	前期（4月～9月） 後期（10月～3月） 毎週火曜日開催

事業名	目的・内容	実施時期・回数
趣味の教室 (前期) 楽しく脳トレ体操	横浜市老人福祉センター趣味の教室実施要項に基づく。 市内在住60歳以上の方を対象とする。 軽快な音楽を聴きながらリズムをとり、手拍子は足踏み等を行う。遅いテンポから速いテンポにしたり、脳の活性化を目指す。日頃、あまり意識していない運動になり脳に刺激が与えられる。コミュニケーションの場としても活動する。	前期（4月～9月） 月2回開催 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
趣味の教室 (前期) ヨガ・ストレッチ教室	横浜市老人福祉センター趣味の教室実施要項に基づく。 市内在住60歳以上の方を対象とする。 まずは高齢者の生きがい向上、積極的・具体的対策の一環として教室活動を実施する。 高齢者向けに無理のない程度に一番の目的は持続した運動を行う事とする。	前期（4月～9月） 月2回開催 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
趣味の教室 (前期) 優しい水彩画教室	横浜市老人福祉センター趣味の教室実施要項に基づく。 市内在住60歳以上の方を対象とする。 まずは高齢者の生きがい向上、積極的・具体的対策の一環として教室活動を実施する。 はじめての方でも気軽に簡単にできるような指導をする。	前期（4月～9月） 月2回開催 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
趣味の教室 (前期) はじめての囲碁教室	横浜市老人福祉センター趣味の教室実施要項に基づく。 市内在住60歳以上の方を対象とする。 まずは高齢者の生きがい向上、積極的・具体的対策の一環として教室活動を実施する。 はじめての方でも気軽に簡単にできるような指導をする。 相手の手をよんだり裏をかいたり脳が活性化が期待されるゲームである。	前期（4月～9月） 月2回開催 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
趣味の教室 (後期) 頭の体操 将棋教室	横浜市老人福祉センター趣味の教室実施要項に基づく。 市内在住60歳以上の方を対象とする。 まずは高齢者の生きがい向上、積極的・具体的対策の一環として教室活動を実施する。 はじめての方でも気軽に簡単にできるような指導をする。 相手の手をよんだり裏をかいたり脳活性化が期待されるゲームである。	後期(10月～3月) 月2回開催 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
趣味の教室 (後期) 戸塚散策 (歴史と散歩)	横浜市老人福祉センター趣味の教室実施要項に基づく。 市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 戸塚区ホームページの戸塚散策マップを利用して戸塚の魅力の再発見、戸塚の歴史を勉強します。	後期(10月～3月) 月2回開催 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
趣味の教室 (後期) パズルで脳トレ教室	横浜市老人福祉センター趣味の教室実施要項に基づく。 市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 百均で販売しているナンプレなどを使い、数字の問題を解いていく。 簡単な計算なども脳の活性化には効果が見込める。	後期(10月～3月) 月2回開催 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
趣味の教室 (後期) オリンピックまでに英会話教室	横浜市老人福祉センター趣味の教室実施要項に基づく。 市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 東京オリンピック、横浜には多くの外国人が観光で訪れる機会が多く、日常的な英会話の中でも挨拶・道案内などを重点的にできるようにする。	後期(10月～3月) 月2回開催 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
趣味の教室 (後期) これから始める日本書記	横浜市老人福祉センター趣味の教室実施要項に基づく。 市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 アンケート調査でも多くの方から要望があった講座です。	後期(10月～3月) 月2回開催 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) 10歳若返り秘密メイク テクニック	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 女性限定の教室になります。以前に開催実績、大変人気がありリピート率が高かった為。	4月 1回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) シャフルボード体験	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 激しいスポーツではなく、高齢者に人気の高い比較的どなたでも気軽にできる教室です。健康維持の目的で単発教室終了後も継続して行えるように協力します。	4月 3回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) 読書の会	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 利用者アンケートで多くの要望のあった教室である。講師には職員が指導にあたる。 柏桜荘内の図書室を利用し、読書推進のためと各々で選んだ本の感想を伝える。認知症予防として読書以外にも他のひとと会話することにより脳の活性化に繋がります。 継続的に会が運営できるようにバックアップをしていきます。	4月～5月 3回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) 和布ネックレス	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 指先を使う工作は脳の活性化にも繋がります、認知症予防となる高齢者には入りやすい講座である。	5月 1回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) 夏みかんのマーマレード	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 前年度実施以降にも非常に多くの要望があった教室である。	1回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) はじめてのスマートフォン	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 ドコモ戸塚店に協力してもらい、スマートフォンの操作方法の講習をします。	5月 1回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) 季節の生け花教室	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 あじさいを使い、日本の伝統の生け花を勉強します。お手本はあるものの生け方などを考えることにより脳の活性化に繋がります。	6月 2回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) ちぎり絵教室	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 一枚一枚の和紙を、手でちぎって、のりで貼り、絵として表現する、ちぎり絵を初めての方でも和紙ちぎり絵の技術・知識を基礎から学ぶことができます。指先を使って脳の活性化に繋がります。	6月 1回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) 俳句教室	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 地域に住む俳句講師が親切丁寧に教えます。初心者でもわかりやすく解説して、ただ聞くだけでなく自分自身の作品を作り発表します。	7月、8月 3回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) 消しゴムはんこ 教室	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 利用者アンケート調査で篆刻教室がありましたが本格的なものの作成には怪我が伴う恐れがあるため、簡単に出来る消しゴム（はんこ用）を使用した作品を作ります。	7月 1回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) 昭和の音楽を 楽しむ会	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 利用者アンケートで多くの要望があった昭和時代を中心にした音楽を聴いて思い出を語り合う教室です。 CDではなく、地域の方から寄贈していただいたレコードを流して楽しむ教室です。	4月～9月 第2・4金曜日

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) カラオケで 高得点	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 高齢者の楽しみのひとつカラオケをボイストレーナーの指導により、歌を上手に楽しく歌えるようにします。 歌を唄うには腹式呼吸を鍛え健康にも繋がります。	4月～9月 第1・3水曜日

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) 紙バンド教室	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 講師は職員、非常に細かく根気の必要な作業ですが脳の活性化、認知症予防に繋がる教室です。	8月、9月 3回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発) 高齢者運転 講習会	市内在住60歳以上の方を対象とする。 余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とします。 免許を保持し、柏桜荘駐車場を利用する方を中心に戸塚警察署・交通安全協会の協力のもとに講習会を開催します。 高齢者による自動車事故が多くなっている。	9月 1回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 災害・減災 の心得	地域住民を対象とした防災講座です。 講師には戸塚区職員（元横浜市消防局員）にい依頼をし、災害の起きた時に少しでも被害が少なくなるように減災行動の説明や防災拠点などの役割について理解してもらえるように説明をします。 11月に予定している防災訓練では心肺蘇生法（AED訓練）も地域住民に呼びかけして参加者を促します。 ※講師は予定	6月 1回コース ※要望により複数回開催 します。

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 相続と遺言	地域住民と柏桜荘ご利用者を対象とします。 老後に備える三つの法律「相続・遺言・後見制度」について専門的なことをわかりやすく説明します。 横浜市内の相続・遺言支援センター、横浜市弁護士会の協力のもと開催します。	8月 1回コース 11月 1回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 栄養と健康 について	地域住民や柏桜荘ご利用者を対象とします。 同法人管理栄養士が「規則的な食生活の重要性」「食品に含まれている栄養素と健康」についてを説明します。 参加者には食品栄養表を渡し、日頃から食についての指導も含めた講義を行ないます。	7月 1回コース 定期的に相談会を実施する 予定です。

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 後見人制度 について	地域住民や柏桜荘ご利用者を対象とします。 例えば、一人暮らしの老人が悪質な訪問販売員に騙されて高額な商品を買わされてしまうなど、そういった場合も成年後見制度を上手に利用することによって被害を防ぐことができる場合がある。などのわかりやすい説明を横浜市内の相続・遺言支援センターの協力のもと開催します。	10月 1回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(イベント) シャフルボード 体験会	文化祭時に屋上のシャフルボードコートを使い、デモンストレーションや実際に体験してもらいます。 屋外での健康的なスポーツの普及活動、柏桜荘のPRを兼ねて地域住民を対象に行ないます。	10月12日土曜日 1回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 地域で支えあう防災セミナー	地域住民、特に地域の高齢者向けに、震災（地震、台風、大雪）等の対応や被害を最小限に抑える方法を説明する。	9月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 相続と遺言セミナー	地域住民、地域の高齢者に向けて無料で行う。 民間の法律事務所に協力を依頼し、講義を実施する。	2月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 成年後見制度について	地域住民、地域の高齢者に向けて無料で行う。 超高齢化社会に向けて成年後見制度の認知、あまり知られていない現状を加味し、情報発信もかねて講義を実施する。	12月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 消費者トラブル防止講座	地域住民、地域の高齢者に向けて無料で行う。 訪問販売、架空請求等のトラブルを未然に防ぐための講義を実施する。	11月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(地域交流会) シャフルボード体験会	近隣小学校と地域交流の一環として世代間交流を実施する。4年生・5年生の小学生と柏桜荘の利用者との交流のツールとする。	5月～11月・各クラス1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 介護保険講座	柏桜荘御利用者、地域住民（高齢者、家族）が対象。 利用者から介護保険の手続き等について質問されることも多く、同法人地域ケアプラザ包括支援センター/行政の協力のもと、開催する。	5月、11月・各1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 救命救急講習会	柏桜荘ご利用者、地域住民に向けて無料で行う。 基礎知識の講義、心肺蘇生・AEDの使用訓練の実施を通じて、応急手当の重要性を伝える。 救命救急士指導者と計画し実施する。	10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 高齢者向け安全運転講習会	柏桜荘ご利用者、地域の高齢者に向けて無料で行う。 多発している高齢者の交通事故の現状、安全運転の基礎知識、加齢による身体能力の低下等を学び、今後の安全運転に役立てていただく。	4月～11月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 地域の防犯力を高めよう	地域住民、地域の高齢者に向けて無料で行う。 様々な防犯に関する専門知識を伝え、地域の防犯活動に役立てていただく。	3月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 健康・栄養セミナー	地域住民、地域の高齢者に向けて無料で行う。 健康管理/栄養管理のための、食に関する正しい知識を身に付けていただく。(管理栄養士に依頼)	6月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(健康相談) 検証! 内科医から見た	地域住民に向けて無料で行う。 毎月、さまざまテーマで講座を実施。当法人理事長である内科医医師がわかりやすく説明をし、後半には各々の気になる事、かかりつけ医に聞けないで悩んでいる事などを相談できる時間を設ける。	毎月第4木曜日

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) うたごえセルフ喫茶	余暇活動支援ならびに生きがい、仲間作りの促進を目的とし、継続して気軽に集まることができる教室にする。 市民を対象とした参加者全員で合唱したり、お茶を飲みながら談笑してもらおう。	第2・4水曜日

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(イベント) 敬老の日特別音楽会	老人福祉センターとして敬老の日は少なからず関連のあるイベントでもあり、ご利用者・地域住民が音楽・演芸を楽しんでいただけるように企画している。	9月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(地域交流) あしなが音楽会	運営法人の特色を生かした事業の一つである。 地域の方々。毎月様々なジャンルの音楽を充実させた音楽を毎月実施する。柏桜荘の周知にも繋がり、また東日本大震災津波遺児支援の募金活動も行う。	毎月第4土曜日
事業名	目的・内容	実施時期・回数
(地域交流) 文化祭・秋祭り	柏桜荘を貸館利用している団体の展示・発表会として、日頃の成果の場とする。 また一般開放を行い、地域の方々に出店などを楽しんでいただき、世代間の交流の場とする。ボランティア活動の場としても広く事業を拡げていきたい。	10月第2土曜日

事業名	目的・内容	実施時期・回数
前期) 趣味の教室 健康増進体操	高齢者向けの健康増進体操の実施。横浜市の高齢者体操教室講習を受講した講師により、年齢層に応じた指導を行う。体操の教室ではあるが脳を使うプログラムも充実して認知症予防も目的とする。	4月から9月 毎週火曜日

事業名	目的・内容	実施時期・回数
前期) 趣味の教室 はじめてのパソコン教室	パソコン初心者の方に向けて実施。パソコンの基礎知識、簡単な入力作業から行っていき、参加者の習熟度に合わせて内容を決めていく。	4月から9月 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
前期) 趣味の教室 鎌倉の歴史を学ぶ	利用者アンケートでも多く声があり、鎌倉観光協会の協力を得て鎌倉の歴史や文化を時系列に沿って勉強する。 9月には現地見学を実施する予定。	4月から9月 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
前期) 趣味の教室 はじめての水彩画教室	趣味を増やし、筆やエンピツで細かな写生をすることで指先を使い、脳の活性化にもなり認知症予防にもつながる。	4月から9月 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
前期) 趣味の教室 60歳からの筋トレ教室	健康維持・介護予防を目的に、60歳からでも始められる簡単なストレッチや負荷の軽い筋力トレーニングを行う。	4月から9月 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
前期) 趣味の教室 オリジナルのいろんな 絵手紙	指先を使った作業をしたり、配置・配色などを各々で考えて認知症予防の一環として、様々な材質の紙を使用し絵手紙を作成する。	4月から9月 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
後期) 趣味の教室 幕末の歴史を学ぶ	アンケート調査でも希望が多い歴史の教室。 幅広い世代から人気の高い、幕末の歴史を勉強する。	10月から3月 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
後期) 趣味の教室 はじめてのヨガ教室	ヨガを行うことにより、身体機能の向上と運動器機能障害の防止・改善につなげる。また、呼吸を正すことでリラクゼーション効果も得られるので、精神を安定させることが期待できる。	10月から3月 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
後期) 趣味の教室 はじめての落語	笑い・楽しい・興味が持てることは、高齢者の健康にも深く関わり、さまざまな研究によって免疫力や血糖値、認知機能などへの影響も考えられるらしい。 落語をとおして参加者に「笑うこと」の重要性を伝える。	10月から3月 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
後期) 趣味の教室 60歳からはじめるボールペン字講座	指先を使うことは認知機能の衰えを抑制し、文字を上手に綺麗に書けるように、高齢者の生きがいをサポートする。	10月から3月 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
後期) 趣味の教室 脳と体の若返り教室	認知症予防の一環として、脳トレや指先を使った運動を行い、巧緻性を高める	10月から3月 12回コース

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) ボイストレーニング教室	歌う時の身体の使い方や、発声の基本を練習する。腹式呼吸で健康管理。	毎月第3水曜日 12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) カラオケで高得点	高齢者に人気のカラオケ教室。 採点システムで高得点が出せるコツを教える。 ※演歌、POPSの二種類あり	毎月2回 第1・3水曜日

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(特別講座) 昭和の音楽を楽しむ会	昭和の懐かしい音楽を聴きながら、コミュニケーションを図る。	毎月2回 第2・4金曜日

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) ロコモ体操	高齢者が無理なく実施できて、転倒予防・腰痛 改善効果が期待できる 体操を実施する。	毎月1回 第3金曜日

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) ガーデニング教室	高齢者の趣味のなかでも人気が高いガーデニング。 季節に合わせたガーデニングを実施していく。	7月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) Xmasフラワーアレンジ メント	クリスマスリースを作成する。	12月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) ノルディックウォーク	ノルディックウォークはその手軽さと全身運動効果の高いエクササイズ として注目されています。 高齢者の衰えた筋肉を向上させる為に行います。	3月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) スマートフォン講座	普及されてきたスマートフォンの使用方法がわからず、日頃から相談 を受けることが多い。知識や簡単な操作を教える。	2月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) いきいき美容教室	女性限定の教室。参加者に化粧を楽しむレクリエーション・化粧のコ ツ伝え、ADL（日常生活動作）の維持・向上に繋げる。	1月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) コーヒーの淹れ方講座	コーヒーの豆知識やおいしい淹れ方のコツを教え、高齢者の趣味の向上を図る。	12月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) 旅行セミナー	高齢者の趣味でも人気が高い旅行のセミナーを開催する。季節ごとのおすすめスポットや、添乗員しか知らないコアなスポットを紹介する。	3月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) 手話入門講座	地域の高齢者に手話を広める目的で開催する。また、手話ボランティア育成の一步にも繋げたい。	5月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) 手編みマフラー作り	手でマフラーを編むことで、高齢者の手先の巧緻性を高める。	11月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
(単発講座) 生け花教室	伝統の趣味を多くの方に普及する。	4月・10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
DIY 網戸の張替講座	男性限定の教室。DIYを行うことで介護予防に繋げる。また、材料や道具を購入しに外出をすることで閉じこもりを防止する。	6月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
DIY 家具作り講座	男性限定の教室。DIYを行うことで介護予防に繋げる。また、材料や道具を購入しに外出をすることで閉じこもりを防止する。	7月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
折り紙教室「今年の干支」	手先の巧緻性を高める目的で開催する。干支にちなんだものを作成する。	1月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
現代日本外交史	高齢者に人気の高い教室。太平洋戦争敗戦以後、日本が経済大国として国際社会における一定の地位を確保するに至る過程を明らかにする。	10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
俳句・短歌教室	高齢者に人気の講座。俳句、短歌をとおして楽しく学びながら美しい日本の文化を再認識します。	1月・2月・3月 3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
消しゴムはんこ教室	落款の希望者が多いが難しいため、簡単にできる判になる。指先を使用するため脳の活性化にも繋がる。	7月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
テーピング療法で腰痛をやわらげよう	高齢者向け健康維持・介護予防を目的に実施。キネシオテーピング協会認定講師により、腰痛・膝痛といった日常の体調不良をセルフケアでの改善をねらう。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
疲労回復デトックスストレッチ	日常的な慢性疲労感をとるための全身ストレッチを行う。血行を良くし、老廃物を流して落とす。健康促進をねらう。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
セルフリンパマッサージ	簡単なリンパの流れを覚えて自分でケアできるようになる。また、同室で他者に実践することで仲間づくりとコミュニケーションの場となることが期待できる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
表情筋トレーニング	加齢とともに衰えた顔面の筋肉をゆっくりと動かし表情筋を鍛える。若々しさを取り戻して心の健康もはかる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ストレッチ音楽体操	軽やかな音楽に合わせて有酸素運動と筋力トレーニングを行う。音楽に合わせて行うことで楽しく続けられる。健康維持をはかる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
はじめてのクラシックバレエ	バレレッスンを中心に美しい身体の使い方を身につける。美しい動作、身のこなしは美しい心をはぐくむ。バレエエクササイズは健康的な身体を作り、身体の歪みを整える。肩こり腰痛の解消にもなる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
はじめてのフラメンコ	フラメンコの独特なステップで足腰の強化をはかる。上半身と下半身が異なる動きをするため脳活にもなる。初心者向け。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
はじめてのヨガ	ヨガを行うことにより、身体機能の向上と運動機能障害の防止・改善につなげる。また、呼吸を正すことでリラックス効果も得られるので、精神を安定させることが期待できる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
パーソナルカラー	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
アロマセラピー	香りを楽しみながら精油基礎知識・生活に取り入れる方法を学ぶ。アロマは、体質改善、自律神経・ホルモンバランスを整え、心と身体を元気にする。更年期障害・認知症予防にも効果が期待できる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
セルフネイルアート	指先を使った作業で配色やデザインを考えながら行う。日常に彩りを取り入れる。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
若返りメイクテクニック	目を大きく印象的にしたり、素敵な眉の描き方を学ぶ。見た目年齢が若返る。いきがい、余暇、仲間づくりの促進を目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
テーブル茶道	椅子に座りながら気軽に茶道を楽しむ。お茶に含まれるカテキンやその他の成分は健康によい。いきがい、余暇、仲間づくりの促進を目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
薬膳入門	薬膳の効能の基礎知識と生活に取り入れる方法を学ぶ。自宅で簡単に作れるレシピを紹介する。薬膳の効能により健康促進をねらう。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ハーブティー	ハーブの効能の基礎知識と生活に取り入れる方法を学ぶ。ハーブティーを飲みながら仲間との会話を楽しむ機会にもなる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ステンドグラス	細かな作業で時間もかかる作品作りは完成時に達成感が生まれる。いきがい、余暇、仲間づくりの促進を目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
韓国パッチワークポジャギ	独特な色使いと素材が美しい韓国パッチワーク。手先の細かな作業により脳の活性にも役立つ。いきがい、余暇、仲間づくりの促進を目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
プランターで野菜作り	省スペースで気軽に野菜作りが楽しめる。収穫の楽しみが味わえる。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。男性にもぜひ参加いただきたい。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ハワイアンキルト	生きがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
テディベア	手作りのテディベアはプレゼントにも喜ばれる。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
手作りキャンドル	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
アカペラハーモニー	パートに分かれて歌う難しさがあるが合唱は完成度が高くグループの一体感が味わえる。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ジャズを歌ってみよう	独特のリズム感が魅力のジャズを歌う。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
シャンソンをうたってみよう	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
写経	写経は集中力が高まり日常生活にめりはりをもたらす。精神の安定と脳の活性を目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ハーバリウム	プリザーブドフラワーやドライフラワーを瓶の中にアレンジする。見た目に美しく生活の質の向上がはかれる。また趣味の向上、余暇活動にも。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
コーヒーのいれかた	コーヒーの豆知識やおいしい淹れ方のコツを教え、高齢者の趣味の向上を図る。男性にぜひ参加してもらいたい。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
苔園芸		

事業名	目的・内容	実施時期・回数
季節のリース作り	季節の花やグリーンを使って一年を通して楽しめる作品を手掛ける。いきがい、余暇、仲間づくり促進を目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ビーズ刺繍	指先の細かな手作業で作品を完成させるため、集中力を要し脳の活性にも役立つ。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
グーグルマップで懐かしのあの場所へ	昔住んでいた土地、一度訪れたことがあるあの場所、行ってみたいあの国、現代はグーグルマップでどこへでも行けます。同世代の仲間とともに懐かしい時間を楽しむ。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
キッチンガーデン	プランターを使ってキッチンで手軽にガーデニングをする。食用植物を扱い、料理に活用する。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
映画上映	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
傾聴講座	身近な人間関係ですぐにでも役に立つ講座。傾聴ボランティア育成にも繋がる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ハンドベル	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。ボランティアとしての活躍も見込める。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ギター	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
シュガークラフト	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ソープカービング	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
カリグラフィー	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
フォトエッセイ	上手な写真の撮り方や魅力あるタイトルのコツを学んで自分日記を作ってみる。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ペーパークラフト	一枚の紙から素敵な作品が生まれる簡単で楽しい講座。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
マイスタンプ	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
手作りのお香	お香の原料や効能、上手な焚き方を学んで生活に取り入れる。趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
七宝	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ラッピング&リボン	さまざまな形に適したラッピングのアレンジ方法や、いろいろなリボンの造作や結び方を学ぶ。暮らしの中のさまざまなシーンで活用すると生活に彩りが添えられる。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
水引	身近な人の人生の節目に添えられる水引の素敵なアレンジを学ぶ。趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
おしゃれ文字でカードを作ろう	個性的な字体やデザイン性のある文字でポストカードを作ってみる。趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
スペインタイルに絵付け	いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
篆刻	篆刻独特の字体を学び、オリジナルの印を作る。書道作品や年賀状のオリジナリティが増す。趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ビーズアクセサリー	指先の細かな手作業で作品を完成させるため、集中力を要し脳の活性にも役立つ。作品は身に着けて楽しめる。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
クレイクラフト	紙粘土で造形を楽しむ。趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
陶芸	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
紙飛行機	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
スマートフォン入門	機械操作の苦手な高齢者でもスマートフォンが使いこなせるように丁寧に教える講座。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
手話で歌おう	歌にのせて手話を覚える。歌いながら、覚えた手話を実践するので脳の活性に大変有効である。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
健康のための栄養のおはなし	高齢者が健康維持のために積極的に摂りたい食物や栄養のバランスを知る。健康維持のために。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
お掃除テク	掃除の裏技をプロから学ぶ。実生活に即して使える実用的な情報が得られる。趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
フェイスブックをやってみよう	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
インスタグラムをやってみよう	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
味噌作り	手作り味噌に挑戦してみる。趣味の向上、いきがい、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
男のそば打ち	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
男のうどん打ち	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
おうちパン	トースター、フライパン、魚焼きグリルを使ってできるハードルを下げた工程。生地は持ち帰って自宅で焼きたてが楽しめる。趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
かんたん創作和菓子	少ない材料で、レンジを使って簡単に和菓子が作れる。趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
チョコレートアレンジ	失敗しないコツ、美しく仕上げるコツを学びワンランク上のバレンタインショコラを作る。趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
楽しい巻き寿司	飾り巻きずしに挑戦してみる。趣味の向上、いきがい、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
男の健康料理	健康のために積極的に摂りたい栄養をとり入れたレシピを紹介する。家族のために家庭で試してみるのもよし、また、単身者にもぜひ生活にとりいれてもらいたい。趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
相続・遺言について		

事業名	目的・内容	実施時期・回数
災害時のための心得	災害が起きた時にまず何をすべきか、少しでも被害が少なくなるような行動ができるよう専門家が説明する。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
後見人制度について	単身の高齢者が安全に暮らしていけるための制度をわかりやすく説明します。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
認知症につて	大切な家族が、または自分が、もし認知症になったら、もしかして認知症の始まりかなと思ったら、正しい知識を持って備えたい。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
介護保険制度について	介護保険の手続きについて詳しく説明します。また、どんなサービスが利用できるのかを知っておくと、生活のなかで困っていることが介護保険サービスを受けることによって改善できることがある。困ったときにあわてずに済むよう知っておきたい。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
救命救急	怪我や熱中症、心臓発作など、救急時の初期対応・初期手当の方法を学ぶ。救急車を呼ぶべきかどうかという判断についても事例に沿って知っておくとよい。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
地域のためにできること	いまなぜ地域なのか。地域交流とは。大切な家族や近隣の友人たちを守る、助けあう意味を防犯という目線で考えてみる。また自分自身を守ることもつながる社会的意義を知る。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
百人一首を読み解く	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
落語入門	古典落語から現代落語まで、落語の楽しみ方を知って興味を広げる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
大相撲入門	毎回楽しく観てはいるが細かいことまではわかってない。いまさら聞けない大相撲のルールや部屋事情などを知って、今まで以上に相撲観戦を楽しむ。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
女子会	仲間づくりを目的とする。独居の女性に限る。引きこもり防止として。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ボールペン字	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
手編みニット帽を作る	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
生け花教室	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
折り紙	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
パソコン教室	初心者向け。簡単な入力作業からはじめ、成熟度にあわせてレベルを上げていく。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
初めての水彩画	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
季節のフルーツカクテル	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ワイン講座	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ラテアート	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
フルーツカービング	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ノンアルコールカクテル	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
紅茶サロン	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
初めての囲碁	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
初めての将棋	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
パズルで脳トレ	ナンプレ、数独を使って楽しく脳を活性化する。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
英会話	東京オリンピック開催に向けて外国人観光客に挨拶や道案内ができるようになる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
読書の会	各々で読んだ本の感想を述べる。他者の感想を聞いて自ら読んでみたり、読まずして楽しめる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ジャム作り	自宅で採れた果実を持ち寄り季節のジャムを作る。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ざくろ酒を作る	柏桜荘で採れるざくろを使って果実酒を作る。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
世界遺産めぐり	グーグルマップを使って世界遺産をめぐる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
フラワーアレンジメント	季節の生花を使ってフラワーアレンジをおこなう。生活に彩りを添える。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
和布ネックレス	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
東海道をゆく	東海道五十三次の宿場の歴史をめぐる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
算数をもう一度	小数・分数・方程式など思い出してやってみたら楽しいかもしれない。少しずつレベルを上げていく。達成感が得られ脳活にもなる。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ちぎり絵	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
短歌	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
俳句	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
どどいつ	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
けしごむはんこ	趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
内科医講座	内科医師によって毎月さまざまなテーマで講座を実施。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
戸塚散策	戸塚の歴史や名所などを知り、戸塚の魅力を再発見する。趣味の向上、いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
戸塚おでかけマップを作る	地区センターに立ち寄りお茶とトイレを拝借、など、散歩コースにおすすめ情報を盛り込んだり、戸塚のグルメ情報を載せて楽しい地図を作成する。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
鎌倉の歴史を学ぶ	鎌倉観光協会の協力を得て鎌倉の歴史や文化を学ぶ。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
60歳からの筋トレ体操	60歳から無理なくできるトレーニングを盛り込んだ健康体操。健康維持、介護予防を目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
いきいき脳トレ体操	認知症予防に重点を置いた健康体操。音楽に合わせて楽しく行える。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
はじめての社交ダンス	初心者向け。初歩から丁寧に教える。いままでなかなか始めるきっかけがなかった方のために、初心者コースで敷居を低くする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ボイストレーニング	音楽を楽しむことは生きるちからをよみがえらせる。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
カラオケで高得点	音楽を楽しむことは生きるちからをよみがえらせる。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
昭和の音楽を楽しむ	音楽を楽しむことは生きるちからをよみがえらせる。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
うたごえセルフ	音楽を楽しむことは生きるちからをよみがえらせる。いきがい、余暇、仲間づくりを目的とする。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ロビーコンサート	バスハーモニカやクラシックギターといった小規模のバンドや音楽隊などを呼んでロビーコンサートを開催する。	

事業名	目的・内容	実施時期・回数
あしなが音楽会	柏桜荘音楽イベントのなかでは最大の集客を誇るあしなが音楽会。年齢に制限なく幅広い世代に楽しんでいただく地域交流のイベントでもある。東日本大震災津波遺児支援のための募金も行う。	

平成 31 年度第三者委託内容一覧

施設名：老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘

NO	委託期間	委託内容	金額	業者名
1	H31.4.1 ~ 2.3.31	消防設備保守点検 (年 2 回)	¥205,200	(株)ハマメン
2	H31.4.1 ~ 2.3.31	定期清掃 (床面清掃、窓ガラス 清掃、排気口制気口清掃、シャ フルボード場清掃)	¥ 519,400	ニコマックス株式会社
3	H31.4.1 ~ 2.3.31	空調衛生設備保守点検 (フィルター清掃、レジオネラ 菌水質検査含む)	¥732,240	(株)ハマメン
4	H31.4.1 ~ 2.3.31	害虫駆除防除	¥48,600	ニコマックス株式会社
5	H31.4.1 ~ 2.3.31	日常清掃業務	¥1,750,000	ニコマックス株式会社
6	H31.4.1 ~ 2.3.31	設備総合巡視点検	¥194,400	(株)ハマメン
7	H31.4.1 ~ 2.3.31	機械警備 (夜間休日機械警備巡回警備)	¥247,000	株式会社 KSP
8	H31.4.1 ~ 2.3.31	電話設備保守点検 (年 2 回)	¥48,600	(株)ファインテレコム
9	H31.4.1 ~ 2.3.31	植栽管理 (年 2 回)	¥ 200,000	東邦グリーンサービス
10	H31.4.1 ~ 2.3.31	自動ドア保守点検 (年 2 回)	¥ 64,800	(株)ハマメン
11	H31.4.1 ~ 2.3.31	ボイラー点検 (法定点検/年 2 回)	¥ 129,600	(株)ハマメン
12	H31.4.1 ~ 2.3.31	自家用電気設備保守点検 (年次法定点検含む)	¥ 163,400	(株)ハマメン

平成 31 年度第三者委託内容一覧

施設名：老人福祉センター横浜市戸塚柏桜荘

NO	委託期間	委託内容	金額	業者名
1	H31.4.1 ~ 2.3.31	ガラスワッパ清掃（年4回） （うち2回バキューム）	¥162,000	ニコマックス株式会社
2	H31.4.1 ~ 2.3.31	受水槽清掃水質検査、簡易専用 水道検査、飲料水用ホップ点検	¥182,520	(株)ハマメン
3	H31.4.1 ~ 2.3.31	昇降機（月次、年次法定点検） ※未定		長寿命化工事に伴い、 4月以降に建築局と協議 予定
4	H31.4.1 ~ 2.3.31			
5	H31.4.1 ~ 2.3.31			
6	H31.4.1 ~ 2.3.31			
7	H31.4.1 ~ 2.3.31			
8	H31.4.1 ~ 2.3.31			
9	H31.4.1 ~ 2.3.31			
10	H31.4.1 ~ 2.3.31			
11	H31.4.1 ~ 2.3.31			

