

事業計画書

申込年月日 令和3年7月2日			
団体名	特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ（認定NPO法人）		
代表者名	理事長 関口 力	設立年月日	平成17年5月9日
団体所在地	横浜市神奈川区幸ヶ谷4番地		
電話番号	045-441-1230	FAX 番号	045-441-1233
現在運営している施設名	所在地	運営開始年月日	
横浜市神大寺地区センター	神奈川区神大寺 2-28-18	平成18年4月1日	
横浜市神奈川地区センター	神奈川区神奈川本町 8-1	平成18年4月1日	
横浜市神之木地区センター	神奈川区神之木 7-1	平成18年4月1日	
横浜市菅田地区センター	神奈川区菅田町 1718-1	平成18年4月1日	
老人福祉センター横浜市うらしま荘	神奈川区立町 20-1	平成18年4月1日	
横浜市幸ヶ谷公園コミュニティハウス	神奈川区幸ヶ谷 4	平成18年4月1日	
神大寺中央公園こどもログハウス	神奈川区神大寺 3-25	平成18年4月1日	
横浜市神奈川公会堂	神奈川区富家町 1-3	平成24年4月1日	
浦島丘中学校コミュニティハウス	神奈川区白幡東町 27-1	平成18年4月1日	
六角橋中学校コミュニティハウス	神奈川区六角橋 5-33-1	平成18年4月1日	
神奈川中学校コミュニティハウス	神奈川区西大口 141	平成18年4月1日	
斎藤分小学校放課後キッズクラブ	神奈川区斎藤分町 34-1	平成28年4月1日	
下末吉小学校放課後キッズクラブ	鶴見区下末吉 2-25-6	平成28年4月1日	
芹が谷南小学校放課後キッズクラブ	港南区芹が谷 4-22-1	平成28年4月1日	
神奈川小学校放課後キッズクラブ	神奈川区東神奈川 2-35-1	平成29年4月1日	
二谷小学校放課後キッズクラブ	神奈川区平川町 11-1	平成29年4月1日	

<目次>

	ページ番号
1 運営ビジョン	P 2
2 団体の状況	P 3・P 4
3 職員配置・育成	P 5・P 6
4 施設の管理運営	P 7～P 11
5 事業の企画・実施	P 12～P 17
6 収支計画及び指定管理料	P 18
7 加減点項目	P 19～P 23

1 運営ビジョン 地域における老人福祉センターの役割

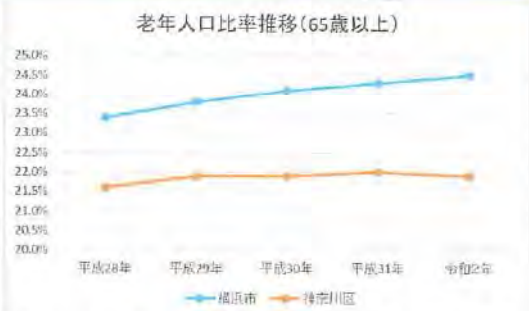
老人福祉センター横浜市うらしま荘周辺地域の状況・課題や地域の将来像を踏まえ、指定管理者として行うべき取組を具体的に記載してください。

老人福祉センター横浜市うらしま荘周辺地域の状況・課題や地域の将来像

神奈川区の高齢者福祉について

令和2年3月31日現在、横浜市の65歳以上の高齢者人口は92万人で全体の24.5%、神奈川区は5万人で21.9%となっており、市平均よりも高齢化率がやや低い状況です。

一方「よこはま地域包括ケア計画」によれば、2025年には団塊世代が75歳を迎え、4人に1人が高齢者の時代が来ることで、全市で高齢者人口が97万人（26.1%）に達し、要介護認定者も高齢者人口の24.1%になると見込んでいます。そして横浜型地域包括ケアシステムの目指す将来像として以下を掲げています。



横浜型地域包括ケアシステム ～2025年の目指す将来像～

- 地域で支えながら ■介護・医療が必要になっても安心して生活ができる
- 高齢者が自らの意思で自分らしく生きる事ができる

また神奈川区の区政運営方針（高齢者向け施策）、横浜市老人福祉センターの設置目的として以下が定められています。

神奈川区 区政 運営方針	笑顔でつながる「神奈川区」 ～地域の皆様とともに、安心して温かい元気なまちづくりを進めます～	
	高齢者 向け施策	認知症高齢者支援への理解の促進に加え、新型コロナウイルス感染症対策で外出自粛することに伴うフレイル（高齢者の虚弱）予防等の取組を推進します。
老人福祉 センターの 設置目的	老人福祉センターは、地域の高齢者が健康で明るい生活を営めるよう、健康相談や生活相談など各種相談、並びに教養の向上及び趣味やレクリエーションの機会の提供を通じて高齢者の社会活動を支援するものとする。	

指定管理者として行うべき取組

これまでも私たちは、所管とする施設を通して区社会福祉協議会、区民活動支援センターをはじめ、地域団体と連携をとりながら、数多くの事業を展開してまいりました。うらしま荘の運営については、前記の社会状況や方針・設置目的を踏まえ、以下を主な取組の柱として、「人生100年時代」にふさわしい施設を目指します。

高齢者の仲間づくり

様々なプログラムを通して、他者とふれあい仲間づくりができる場を提供し、孤独になりがちな高齢者を支えていきます。

介護予防

体幹運動、健康体操、健康相談等を趣味の教室、自主事業に多く取り入れ、いつまでも健康な体と心を維持していくことに貢献します。

世代間交流

利用者団体の発表の場である「うらしま祭」には近隣の小中学生のボランティアや合唱部が参加します。また「0602イベント」「ハロウィン」「七福館めぐり」では一日中大広間には賑やかな子どもたちの笑い声が広がり、この日を心待ちにしている利用者も多数います。



2 団体の状況

(1) 団体の理念・基本方針・業務実績等について

団体の理念や基本方針、業務実績等について、記載してください。

団体の理念や基本方針、業務実績等

団体の理念

「住み続けたいまち」にある施設の運営をとおして、地域力の向上に貢献します。

基本方針

- ① 私たちは「安全・安心・公平・公正・快適」な施設運営を通して「学びの場」「いこいの場」「ふれあいの場」を提供し、地域で愛され続ける施設を実現します。
- ② 私たちは、少子高齢化や核家族化などの社会環境の変化に伴う地域ニーズに沿った多種多様な事業を展開いたします。
- ③ 私たちは、地域社会の発展と活性化を目指して「地域による地域のための地域起こし」に積極的に貢献してまいります。

業務実績

私たちは15年にわたり、地区センターを中心としてこどもログハウスから老人福祉センターまでを指定管理者として管理運営し、乳幼児から高齢者まで幅広く全世代の方々に、自主事業やイベントを通して人々の生きがいやふれあいの場を提供してまいりました。横浜市や神奈川区の方針に従って、公共施設の管理に民間が有するノウハウを活用しつつ、住民サービスの向上と経費の縮減などの両立にも寄与しております。



【わが町かながわマナー違反一掃作戦】

基本方針にもありますように、近隣の小中学校の職場体験や地域清掃などの地域貢献とともに、託児サポーターの養成、各地域団体の利用促進など、地域の一員として一体となって、地域課題に取り組んでおります。法人の全施設で「わが町かながわマナー違反一掃作戦」に参加、うらしま荘では立町町内にある、みはらし公園の定期清掃の参加や町内会の古紙回収協力、独自に1日2回の施設周辺巡回でごみや不審物がないか点検を行い、地域貢献や安心、安全に努めています。



【みはらし公園 定期清掃】

現在管理運営している主な施設

施設種別	施設数
地区センター	4施設
コミュニティハウス	転換型1施設/学校型3施設
老人福祉センター	1施設
公会堂	1施設
ログハウス	1施設
小学校放課後キッズクラブ	5施設

(2) 財務状況について

予算の執行状況、法人税等の滞納の有無、財政状況の健全性、安定した経営ができる基盤等について記載してください。

予算の執行状況、法人税の滞納の有無について

予算の執行状況、法人税の納付

- ①私たちは現在、神奈川区にある11の区民利用施設、3校の小学校放課後キッズクラブを、鶴見区・港南区に各1校の小学校放課後キッズクラブを運営しております。その経常利益は右の表のとおりです。
- ②法人資産としまして固定資産はありませんが、令和2年3月末時点で当期正味財産が50,477千円あり、消費税及び法人税として20,514千円余を納めております。

令和2年度経常収益	
指定管理料	222,366千円
受託管理料	30,214千円
受取補助金	83,152千円
利用料金収入	25,269千円
事業収入	2,537千円
その他収入	11,780千円
合計	375,318千円

財政状況の健全性、安定した経営ができる基盤について

認定NPO法人としての財政状況の健全性、安定した経営基盤

- ①平成27年6月から平成31年6月まで「横浜指定NPO法人」を取得していました。横浜市の施策に合致し、事業や資金計画などに計画性があり、活動の継続性が見込まれると、認知されておりました。
- ②「横浜指定NPO法人」の取得により、パブリックサポートテストをクリアしたことから、平成30年7月には認定NPO法人を取得することができました。
- ③運営組織や経理処理の正当性などの認定の基準に適合しており、社会的信頼性の向上が図られています。
- ④法令順守の意識の向上により、内部管理の適正化が図られています。加えて情報公開を一層徹底する必要があることから、法人の透明性が増しております。税制優遇制度を活用し、今後新たな事業に寄付金を募るなど、より一層の健全な財政運営と健全な法人運営に努め、その期待に応えてまいります。
- ⑤法人の運営状況等については、内閣府NPO法人ポータルサイトに毎年報告しています。その内容を法人ホームページで公開しております。



様式2 事業計画書

3 職員配置・育成

(1) 所長及び職員の確保、配置

老人福祉センターを運営していく上で、所長（予定者）及び必要な職員の確保、適正な配置について、その考えを記載してください。

老人福祉センターを運営していく上での所長及び必要な職員の確保と適正な配置について

私たち職員一同、常に「安全安心」「公平公正」「快適な居場所作り」を心がけて業務を遂行します。円滑で効率的な業務執行、事業運営の適正を備えた職員の安定配置、さらには法人内職員の異動等による人材の適正な配置を図ります。

所長及び必要な職員の確保

【館長（1名）】総括責任者。うらしま荘全体の業務執行に関する責任者とし、職員全員を管理指導する体制をとります。特に神奈川県図書館・市老人クラブ連合・シルバー人材センターとの合築館ですので、その窓口責任者としても連携し密に連絡をとります。福祉施設の管理運営を経験者、甲種防火管理者及び食品衛生管理者の資格取得者とします。

【副館長（2名）】庶務経理担当・自主事業担当各1名が館長を補佐します。原則神奈川県在住者。

【時間給職員（12名）】物品の貸出・施設内外の点検見回り清掃業務、近隣在住者。

職員の適正配置

◆館長・副館長：1日8時間、4週8休の交代勤務

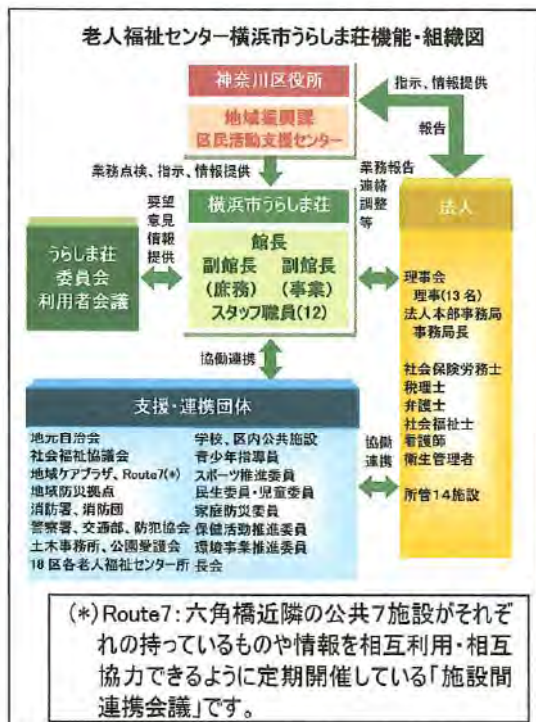
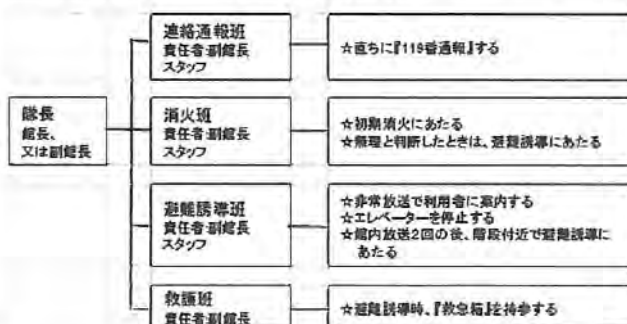
◆時間給職員（スタッフ）：午前時間帯（9：00～13：00）、午後時間帯（13：00～17：00）各2名以上の体制を組んで交替勤務を行います。

人員等		人数
館長		常勤 1名
副館長		常勤 2名
時間給職員（スタッフ）	9：00～13：00	12名
	13：00～17：00	

以上により利用者へのサービスは確保されます。
 ※常勤職員・時間給職員ともに交替勤務のため、常に業務引継ぎ日誌を活用し、利用者や施設管理上の情報の引継ぎを行い、適正な管理運営につとめています。特に1階に入口受付があり常勤職員が常駐、スタッフは部屋（活動場所）のある2階に常駐するため、その情報共有は特に密に行う必要があります。そのために確実な引継ぎや申し送りを行うため、スタッフは随時、常勤者へ連絡・申し送りを行っています。また、月1回、施設点検日を利用して全職員でミーティングを行います。

また以下の通り、自衛消防隊を組織します。

自衛消防隊組織： 当日の館長・副館長、及び、スタッフで編成



(*)Route7: 六角橋近隣の公共7施設がそれぞれの持っているものや情報を相互利用・相互協力できるように定期開催している「施設間連携会議」です。

(2) 職員の育成・研修

老人福祉センターの機能を発揮するための、人材育成及び研修計画について、記載してください。

老人福祉センターの機能を発揮するための、人材育成及び研修計画について

【うらしま荘の職員としてふさわしい人材の育成】

うらしま荘においては、高齢者の意識が多様化する一方、認知症を含む介護を必要とする高齢者も増えてきています。こうした利用実績に適切に対応するため、私たちは、次の職員育成プログラムを全職員対象に実施してまいります。

研修項目	内 容
コンプライアンス研修	一般的な社会規範や法令順守は当然としてNPO法人企業倫理と社会貢献の重要性を周知するとともに、地域防災・地域清掃に積極的に参加するなどの働きかけを全職員ミーティング時に実施します。
人権尊重研修	人権に配慮し差別のない公平公正な利用ができるよう、高齢者・障がい者への配慮など人権にかかわる課題についてその理解を深めます。法人主催の人権尊重研修を年1回開催。
個人情報保護研修	個人情報とは何か、個人情報を漏えい防止のためのシステムの構築やその意識の徹底を研修します。法人主催の個人情報保護研修を年1回開催。
認知症サポーター研修	認知症の理解、認知症と疑われる人への対応などを研修します。

【業務に係わる研修計画】

職員が利用者の立場にたって利用者の安全安心で公平公正なサービスの提供とあわせ快適空間を提供するため、次のとおり職員の育成・研修を実施します。

研修項目	内 容
接遇研修	ビデオ研修やOJTを通じて「あいさつ」「所作」「表情」などの接遇ノウハウを体得します。「おもてなし」の接客体制が取れるよう研修を行います。
救急救命研修	AEDの取扱いを含め、人命にかかわる状況に備えます。
館長会議	原則月1回開催、法人所管施設の館長による業務報告及び事例紹介を行い、その対応を検討します。
副館長会議	原則隔月開催、法人所管施設の副館長による実務研修（経理・自主事業企画立案等）を行います。

- ◆業務に必要な外部研修には積極的に参加し、業務の習熟、資質向上を図ります。
 - ◆新採用職員には採用後に法人主催による接遇・個人情報保護・人権尊重など、施設運用業務の基本となる職員の心構えを研修します。
 - ◆地域在住の職員を採用することで、これらの研修を通して高齢者の生活を見守る意識が高まり、地域貢献にも役立つと考えています。
 - ◆施設点検日には全職員によるミーティングを行い、課題の抽出、解決、周知徹底により日々の運営向上につとめています。
- ※平成29年度第三者評価でAED研修の3名受講漏れを指摘されましたが、平成30年1月11日に受講しました。その後は各研修において、出席表の確認を徹底し、受講者に漏れが無いようにしています。

4 施設の管理・運営

(1) 施設及び設備の維持保全及び管理・小破修繕の取組み

施設の安全確保及び長寿命化の観点から、維持保全（施設・設備の点検など）計画及び、修繕計画の考え方を記載してください。

維持保全計画

うらしま荘は昭和62年12月に開設され、すでに35年が経過しており、設備関係に老朽化がみられます。建物躯体の長寿命化工事は実施済みですが、今後も神奈川図書館と連携して維持保全に努めます。

【神奈川図書館との連携】

- ①清掃、エレベーター・自動ドア保守、消防設備点検、機械警備、駐車場管理、光熱費は神奈川図書館が管理しています。また外構工事、市の長寿命化や施設建物全体の維持保全も神奈川図書館の管轄となります。
- ②令和2年度において屋上、壁面の修繕工事が終了し館全体の長寿命化が済んでおります。
- ③施設点検日（休館日）は神奈川図書館の休館日に準じて設定します。



うらしま荘内の設備の管理運営にあたっては、神奈川図書館と密接に連携して行い、事件事故が起きないように対応します。

【館内見回りとシャワー室の管理】

- ①職員は1日2回（午前・午後）建物内外について見回りを行い、ガラス窓のひび割れ階段の異物の有無、天井・壁の剥がれ、床・手すりのひび割れやササクレなどに注意します。
- ②シャワー室については、温水・水質・シャワーヘッドについて問題がないかどうか定期チェックを毎月3回（5・15・25日）行っております。

修繕計画

【指摘事項等の対応】

日々見回りの結果、不具合を発見した場合は、適切に対応してまいります。その結果、高額修繕費が想定される場合は、速やかに技術相談票を横浜市に提出します。さらに施設管理者点検表を年に1回横浜市に提出し、設備の状況を報告します。

【小破修繕への取組み】

日常点検により異常が見つかった時、軽微な修繕であれば法人職員により速やかに補修いたします。その他の修繕については、地元の神奈川区指定業者への修理を依頼し、補修を行うことにより、利用者の安全安心な利用を確保します。

20万円を超える修繕の場合は2社以上の見積もりを取った上で、横浜市に連絡し対応いたします。



【日常点検の様子】

(2) 事故防止体制・緊急時の対応及び防災に対する取組み

- ①事件・事故の防止体制や、事故発生時・緊急時の対応（急病・災害時の対応など）、連絡体制などに具体的に記載してください。
- ②市（区）防災計画を踏まえ、地域との連携を図るためにどのような取組みができるか記載してください。

①事件・事故の防止体制

- ◆施設利用者が快適・安全に利用するために、施設・設備の保守管理について全職員による目視点検を日常的に行っています。
- ◆火災発生や犯罪等の対処については、利用者の安全確保を最優先とし、必要な避難誘導を確実にし、同時に消防署や警察署通報等適切に対処します。
- ◆受付において職員が来館者に笑顔であいさつと声かけをし、不審者の侵入を予防します。
- ◆ヒヤリハットを事故防止マニュアルとして、全職員ミーティング時に話し合います。

【事故発生時・緊急時の対応】

- ◆「うらしま荘危機管理マニュアル」に基づき緊急事態に対処します。AEDを1階に常設し、いつでも職員が取扱えるように研修をしています。さらに合同防災訓練を年1回以上実施し、消火器の取扱いを含め、全職員が不測の事態に備え訓練を行っています。
- ◆緊急連絡網や消防署電話連絡マニュアルを常時掲示し、緊急時に備えています。事故が発生した時は、適切かつ迅速な対応を行い、速やかに横浜市に報告します。法人本部にも連絡が入り次第、法人事務局職員及び近隣の施設からの応援も可能です。

②市（区）防災計画を踏まえ、地域との連携を図るための取組み

横浜市防災計画及び神奈川区防災計画にある震災対策・風水害対策・都市災害対策の習熟に努め、施設としての防災力の向上に当たります。

- ◆震災対策はもちろんのこと、現在「感染流行時に補完的な避難所」として指定されていますので、神奈川区の指示に従い、開設に協力いたします。
- ◆年2回の防災訓練（消防署立ち合いも含む）は合築館のため4施設合同の訓練も行っております。
- ◆災害時には各施設の職員が避難誘導班として全体の誘導に当たります。非常口の施錠などは毎日一回開閉をして作動の確認を行っております。
- ◆避難所としてはシャワー給湯の作動、温度の確認を行い用意できる常態を保ち、和室の畳整備等も行い各部屋を24時間開錠して緊急の避難所として対応できるようにしています。



【4施設合同の防災訓練】



●火災や地震などの緊急時は、職員スタッフの誘導に従って、落ち着いて避難してください。

【避難経路図の掲示】

【帰宅困難者への対応】

震災が発生した場合、来館されている帰宅困難者、また職員への対応として、飲料水（500ml、100本）・アルミブランケット（70枚）を用意しています。緊急時に対応できるよう、徒歩圏内の常勤者1名以上、時間給職員の半数以上を配置します。



【緊急避難所として対応できる和室】

(3) 利用者のニーズ・要望・苦情への対応

利用者の意見、要望、苦情等の受け付け方法や、これらに対する改善方法について、具体的に記載してください。

ア) 利用者のニーズ・要望への対応

受け付け方法および改善方法

- ◆利用者のニーズ・要望は、アンケート・ご意見箱・横浜市コールセンター・うらしま荘委員会・利用者会議により把握します。
- ◆うらしま荘委員会は社会福祉法人評議員、区シニアクラブ連合会会長、神奈川県図書館長、近隣小中学校長、ケアプラザ所長、福祉活動ホーム所長、利用団体代表で構成します。
- ◆利用者ニーズは、施設運営の内容や方針を決める極めて重要な要素です。そこで、把握した利用者ニーズは全て施設内の掲示板や法人のホームページに公開するとともに施設全職員によるミーティングで検討しその具体化を図ってまいります。PDCAサイクル図のとおり、より良い施設運営を目指して日々の業務に反映してまいります。



アンケートの実施	利用者・地域へのヒヤリング
<ul style="list-style-type: none"> ・利用者アンケート（年2回） ・自主事業参加者アンケート（随時） ・Webアンケート 	<ul style="list-style-type: none"> ・うらしま荘委員会 ・利用者会議（年2回） ・地元町内会の会合や行事への参加時
常時受付	日頃の利用者対応より
<ul style="list-style-type: none"> ・ご意見箱 ・ホームページでのお問い合わせフォーム 	<ul style="list-style-type: none"> ・利用者からいただいた意見を聴き漏らさない



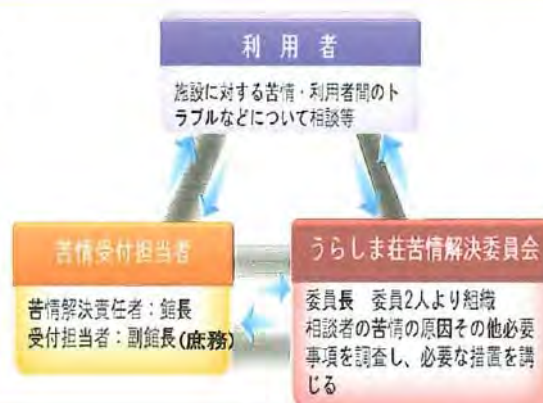
イ) 苦情への対応

受け付け方法および改善方法

苦情の内容によっては、それを密室化せず、一定のルールにそった解決策を進めることも、うらしま荘の適正な利用や利用者相互の信頼を築くために必要です。

【苦情解決委員会】

これまでには大きな苦情はありませんでしたが、苦情の適切な対応又はその解決を図るため、うらしま荘苦情解決委員会を設け、委員は福祉施設管理運営経験者、民生委員及び保護司をもってあて、相談者に親身に対応できる体制を取っています。



(4) 個人情報保護・情報公開、人権尊重、環境への配慮、市内中小企業優先発注など、本市の重要施策を踏まえた取組み

個人情報の保護や法人の運営状況等の公開、環境への配慮、人権尊重への取組、市内中小企業優先発注などについて、具体的に記載してください。

個人情報の保護や運営状況の公開、環境への配慮、人権尊重への取組、市内中小企業優先発注などについて

(ア) 個人情報保護について

個人情報をはじめとしたコンプライアンス体制は、法人本部が方針などを定めるとともに、うらしま荘の特性に合わせた支援・管理を行っています。個人情報の収集を最小限にとどめる事はもちろんのこと、「個人情報保護法」「横浜市条例」に忠実に管理を行い、独自に「個人情報の保護に関する規定」「個人情報実施細則」を作成し、毎年1回以上の研修を通じて、全職員へ周知徹底することで、個人情報保護に努めています。

研修終了後には職員全員が「個人情報保護研修のレポート」を提出しています。

またスタッフ全員の誓約書は横浜市の指示に従い、横浜市長宛に提出しています。なお具体的な個人情報保護体制の概要は次のとおりです。

- ① 【取得】来館者の個人情報の収集は必要最小限にとどめ、情報を収集する場合は必ず事前に利用目的と利用範囲を明示し、それ以外で使用しません。
- ② 【管理】取得した個人情報は安全に管理いたします。個人データの漏えいや滅失を防ぐために、個人情報が含まれるファイル・書類は必ず施錠できる書庫に保管します。
- ③ 【利用】個人情報の保管と廃棄は「個人情報保護方針」に定め、利用の目的が終了した時点で速やかにシュレッダー処理をします。
- ④ 【第三者への提供】第三者に提供する場合は、予め本人から同意が必要とされますが、施設内でのケガによる救急搬送等の場合には個人情報を提供することにしてあります。
- ⑤ 【検証】上記個人情報の責任体制から個人情報保護の研修までの取組みが適正に実施されていることを検証するため、年2回個人情報取扱いの定期点検を実施します。

(イ) 情報公開への取組み

情報公開は指定管理者としての説明責任を果たし、透明性のある公平公正なうらしま荘の運営をお約束する上で、欠かせない制度です。法人はこの情報公開の趣旨を徹底するため、「横浜市の保有する情報公開に関する条例」の趣旨に則り、横浜市が示した「指定管理者の情報に関する標準規程」に基づき「老人福祉センター横浜市うらしま荘の保有する情報の公開に関する規程」を定め、指定管理者の情報公開に対する責務、情報開示の申し出の手続き、非開示情報などについて規定しています。

法人の運営状況等の公開については、内閣府NPO法人ポータルサイトに毎年報告しています。その内容を法人ホームページで公開しております。

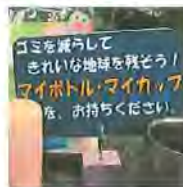
(ウ) 人権尊重・環境への配慮・市内中小企業優先発注

- ① 【人権尊重】人権の尊重についての研修を毎年実施しています。区内の障がい者福祉施設の施設長を講師に、施設運営に必要とされる「合理的配慮」について指導を受けます。
- ② 【ヨコハマ3R 夢プラン推進】 リデュース（ごみそのものを減らす）リユース（何回も繰り返し使う）リサイクル（分別して再び資源として利用する）の推進に努めます。
- ③ 【市内中小企業優先発注】 横浜市中小企業振興基本条例の趣旨に則り、物品購入は地元商店にて購入しています。

ペットボトル
キャップ回収



マイボトル・
マイカップの
推進



(5) 新型コロナウイルス感染症等に係る対応

利用者が安全に施設を利用できるよう、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策等について具体的に記載してください。また、コロナ禍をはじめとしたさまざまな状況においても、利用者が積極的に利用・参加できるような工夫についても記載してください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策とコロナ禍での積極的利用参加できる工夫
横浜市ガイドラインに沿って以下の対策をします。

具体的な新型コロナウイルス感染症拡大防止対策

- ① 混雑時の入場制限（各部屋には定員を表示）
- ② 座席の間隔確保、特に大広間、ロビー、会議用机等の間隔確保（使用禁止の表示）
- ③ 受付における仕切り版、飛沫防止クロスによる遮断
- ④ マスク等の着用の徹底
- ⑤ 手洗い・手指消毒の実行
- ⑥ 発熱時等（37.5℃）の入場制限
- ⑦ 席・設備などの定期消毒の実行
- ⑧ 十分な換気、全室入り口・扉の開放
- ⑨ 感染発生状況の情報提供
- ⑩ コイントレイの使用による接触回避



【飛沫防止クロス】

◆入館時に個人利用者は緊急時連絡用として、氏名、電話番号、利用場所、体温、体調等を専用用紙記入後、マスク着用で入場をお願いします。団体利用は責任者が全員の連絡先を把握することにします。なお、ソーシャルディスタンスによる1メートル以上の確保が難しい麻雀、囲碁、ダンス、シャワー室等は終息の目途がたつまで市のガイドラインに従います。

◆シャワーについてはレジオネラ属菌発生防止対策として貯湯槽水温60度以上の維持を水温計の目視にて確認します。

◆アルコール消毒液は受付、廊下、各部屋の前に設置、またエレベーターの定員、各部屋の利用人数を通常の50%に制限をし、安全安心を最優先にして運営いたします。現在の予約方法についても、FAX・電話での受付が可能で来館しなくても部屋の予約が取れますので、感染拡大防止になっています。

コロナ禍においても利用者が積極的に利用・参加できるような工夫

◆ソーシャルディスタンスの確保ができる自主事業に関しては徐々に再開しています。

◆利用制限がある中で、活動を続けたい団体については、個別に支援していきます。

◆当面は感染予防の為に実施していた団体利用後のテーブル、椅子、備品のアルコール消毒、除菌をお願いしスタッフが確認する方式は継続します。同様に個人利用者が使用したテーブルや椅子、手すり、出入口のレバーなどの消毒もスタッフによる館内点検時に併せて行い、利用者の安全を確保します。

◆部屋のインターネット予約を導入して、効率化と新型コロナウイルス感染予防を実現いたします。

◆受付における手続き、体温測定、飛沫対策などは最低限の対策として利用者が安心して利用できる施設を目指し予防対策を継続実施致します。

◆ウイズコロナ対策として、マスクや飛沫防止フィルムなどで聞き取りが難しい聴覚障がい者の補聴器を補助するための磁気誘導ループを早期に導入します。

様式2 事業計画書

5 事業の企画・実施

(1) 事業計画、事業展開（老人福祉センターの基本的な機能について）

高齢者の社会活動を支援する場の提供や、各種相談、並びに教養の向上及び趣味やレクリエーションの機会の提供など、魅力的かつ具体的な事業計画、事業展開を記載してください。また、高齢者の健康づくりや介護予防の推進についての具体的な取組みを記載してください。

高齢者の社会活動を支援する場の提供や、各種相談の提供について

【高齢者の社会活動を支援する場の提供】

趣味の活動やボランティア活動、町内会活動など、人と繋がる地域活動は、地域の力を高めるだけでなく、活動に関わる高齢者の健康にも良い影響を与えることが近年の研究で分かっています。うらしま荘では、趣味の活動の交流の場として、またボランティア活動や地域活動など地域社会の担い手としての活躍へとつながる講座を開催することによって、高齢者の社会活動を支援する場を提供いたします。

【事業や運営内容の情報提供】

多くの高齢者の気楽な交流拠点となるためにうらしま荘の事業や運営内容を広く地域の人々や高齢者に公開され、その情報が共有されなければなりません。

このような考え方のもとに、うらしま荘の事業や運営内容について広く情報提供しております。（右図参照）

広報よこはま神奈川区版、神奈川区ホームページに趣味の教室・自主事業等の掲載

法人ホームページに趣味の教室・自主事業を掲載

うらしまだより(発行部数7,500部、区内全戸班回覧毎年度6回発行)

区内のケアプラザ、他区老人福祉センターへのうらしまだよりの掲示依頼

タウンニュースをはじめ情報誌への掲載

【各種相談業務の提供】

高齢化社会の進展により、ひとり暮らしの高齢者や高齢者夫婦世帯は年々増加しています。一方、高齢者をとりまく社会状況は、都市化の進展などにより、地域で高齢者への支え合いの関係がぜい弱化し、世帯内あるいは家庭内の支え合いさえ希薄になりつつあります。このため、ひとり暮らしの高齢者は、孤立が進み、悩みすら打ち明けることができない孤独な生活を余儀なくされています。さらに、振り込め詐欺やアポ電強盗が横行するなど、高齢者をめぐる詐欺被害は後を絶ちません。

こうしたなかで高齢者は、健康の悩み、在宅支援などの介護問題、職業問題、ひとり暮らしの問題、同居家族への悩みなど、多くの課題を抱えながら生活している現状があります。

このような現状を踏まえ、うらしま荘においても、次のとおり、ささいなことでも気軽に相談できる体制を整備してまいりました。この一年は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、施設が休館せざるを得ない状況になり、相談業務ができない時期もありましたが、これからも高齢者の支援に全力をあげてまいります。

区分	内容等	備考
健康相談 生活相談等	毎週水曜日午後、看護師により実施しています	多くの高齢者が気楽に相談しています ※相談内容によって各種施設を紹介しています
支援活動等	認知症対応（随時） 職員全員サポーター資格取得	認知症の人が増えてきており、そのための対応
生活（健康、 防災、交通等） ミニセミナー	福祉保健センター、警察署、 消防署の協力のもとタイムリー に実施	健康維持、振り込め詐欺防止、交通安全などの啓発活動

魅力的かつ具体的な事業計画、事業展開について

【趣味の教室の目的】

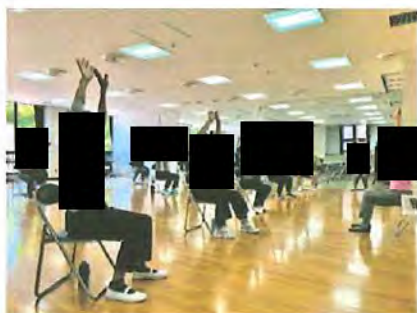
初心者を対象にした原則6か月にわたる連続講座です。

医療の進歩、公衆衛生の発達などによって、令和元年の日本人の平均寿命は、おおよそ男性81歳、女性87歳と過去最高を記録し、延び続けています。今や「人生100年時代」は決して大げさではなく、「人生100年時代」を生き活きと輝いて生きるためには、生涯学習が必要と言われていています。うらしま荘ではアンケートや利用者会議から高齢者ニーズを反映した趣味の教室を開催します。住み慣れた地域の中で、生きがいや新たなライフステージを見つけるお手伝いをします。

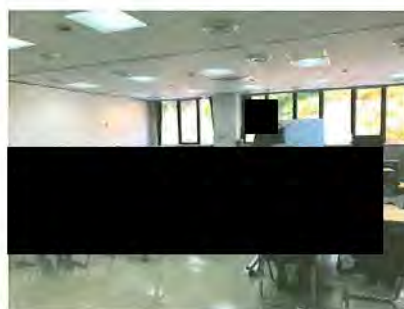
【趣味の教室の計画概要】

令和3年度から令和5年度「よこはま地域包括ケア計画」では基本目標に「ポジティブ・エイジング」をあげています。「誰もが年齢を重ねていく中で、積極的で活動的に暮らせる」ための講座を計画してまいります。また、学習することによって地域社会の担い手としての活躍へとつながる講座や長引くコロナ禍でのストレス削減など、「心のメンテナンス」のできる講座も計画します。

教室の区分	主な事業例
ポジティブ・エイジングの推進	「健康維持体操」 「初めてのストレッチ」 「二部合唱教室」 「ボイストレーニング」
知識を深め、人生を豊かにする講座	「スマホアプリ活用術～入門編～」 「ボランティアへの第一歩」 「人生100年時代を生き抜く方法」 「暮らしの中の仏教語講座」
心のメンテナンス	「パステルアート講座」 「片付けでお家も心もスッキリ」



【体幹トレーニング】



【暮らしの中の仏教語講座】

【自主事業の目的】




趣味の教室を卒業された方や、あるいは趣味の教室以外の分野も学習したいの方々に対し、より一層地域とかかわりながら知識を深め、健康的に生き生きと輝いて過ごすことのできるような講座を開催します。

また、利用者アンケートのご要望にあった講座や、気軽に参加できる「うらしまホッとサロン」など、うらしま荘ならではの特別な時間を過ごせる事業も開催します。

さらに、こどもログハウスから老人福祉センターまでの施設を運営する法人の特長を活かし、他施設と連携してより多くの地域の人とのつながる事業や、世代間交流事業を引き続き実施していきます。うらしま荘にまだ馴染みのない若いシニア向けの講座も積極的に開催し、「人生100年時代」に向けて、シニアが幅広く活動できるうらしま荘を目指します。

【自主事業の計画概要】

次の事業区分にそって自主事業を計画・実施してまいります。

事業区分	主な事業例
健康づくり事業 	「健康相談」「健康維持体操」「初めてのストレッチ」 「まかせて厨房」「簡単！ボクシングエクササイズ」 「歌うチャーミング体操」「年末にドイツ語で第九を歌おう！」 「脳トレ数独入門」「男性・女性のためのおとなヨガ中級」 「フラダンス中級」
知識を深め、人生を豊かにするための講座	「日本酒の利き酒講座」「美味しいコーヒーの淹れ方講座」 「世界遺産の基礎知識」「スマホアプリ活用術～応用編～」 「アンティークカップで英国式紅茶」「仏像の魅力を探る」 「ぶらり！うらしま探訪」「男のお料理入門コース」
利用者アンケート、要望に沿って企画した講座	「アロマクラフト講座」「うらしまライトミュージッククラブ」 「着物・帯リメイク術」「大河ドラマ『鎌倉殿の13人』」
異世代交流事業 	「うらしま祭」「0602イベント」「託児サポーター養成講座」 「うらしま寄席」「津軽三味線ライブ」 「うらしま荘のハッピーハロウィン」 「未来のパティシエに学ぶ簡単スイーツの作り方」
若いシニア世代のための講座	「パーソナルカラー診断」「ソムリエによるワイン講座」 「ネイルケア・カラーリング入門」「介護に基礎知識」 「認知症サポーター養成講座」「うらしまホッとサロン」
趣味の空間 	「グランドピアノを弾こう！」 「うらしま荘の屋上で太極拳をしよう！」

【高齢者の仲間づくりの考え方】

「人生100年時代」において一人ひとりの人生を豊かなものにしていくためには、他者とのつながりがますます重要になってきています。ややもすれば、孤独で孤立しがちな高齢者を多くの人々が支えていくためには、その前提として仲間づくりが必要です。うらしま荘は、こうした状況を踏まえいくつかの推進プログラムを作成し、その実現に注力します。

【高齢者の仲間づくりのための具体的なプログラム】

仲間づくりのための方策	内 容
趣味の教室・自主事業を介しての仲間づくり	<p>現在、事後グループも含め127の団体が登録し、最近では「ソフトダーツ」「コンタクトブリッジ」「クリエイティブ書道」のように若いシニアをターゲットにした事業は、事後グループの立ち上げにつながりました。今後も新たな事業を企画し、幅広いシニアが活動できる場を数多く提供してまいります。</p> <p>また、現在活動している各サークルも積極的に新規入会者を募集しております。私たちも多くの高齢者がサークルに加入できるよう、支援してまいります。</p>
ボランティア活動を通しての仲間づくり	<p>ひとり暮らしの高齢者や子育て世代を支えるためのボランティア活動を希望する方に、毎年度自主事業などによりボランティア活動を紹介しています。「おもちゃドクター養成講座」や「植栽ボランティア養成講座」、「託児サポーター養成講座」を開講します。修了後は、法人所管の他施設で実際に活躍できるようにします。</p>
各団体との親睦を介しての仲間づくり	<p>区内地区老人会などのイベントや行事の時に、積極的に利用してもらい、うらしま荘利用者との親睦を図ってまいります。また近隣の神奈川福祉活動ホームや就業継続支援B型事業所で製作したものをイベント時に販売するなど、引き続き幅広く福祉活動も行ってまいります。</p>
たった一人で利用する人のための仲間づくり	<p>うらしま荘には、趣味の教室・自主事業の参加やその他のサークル団体等をとおしての仲間づくりのほか、たった一人で来館し、うらしま荘を利用する人に対して、囲碁将棋、卓球といった誰もが気軽に参加できるコミュニケーションツールを使って、仲間づくりのきっかけを作ります。また、ふらっとうらしま荘に行きたくなるような「うらしま寄席」「津軽三味線ライブ」を行うとともに、ロビーにコミュニティスペース「うらしまホットサロン」を常設し、定期的に手工芸などのミニ講座を開催することで、孤立した高齢の居場所づくりにも貢献します。</p>

高齢者の健康づくりや介護予防の推進について

【介護予防普及啓発事業の取組みの考え方】

いつまでも健康を維持することは、多くの高齢者の求めるところで、高齢になるほど健康に対する関心は高まり、健康のために日頃から何らかの健康づくりを実践している人の割合は多いと言われています。しかし、その一方で、脳血管障害や転倒による骨折などにより寝たきりになる事例も多く、特に神奈川区では、介護認定を受けた高齢者の数は年々増加し、その適正な予防対策を早期にとる必要があります。また新型コロナウイルス感染拡大に伴い、長期間の外出自粛による活動量の低下が筋力の低下や認知能力の低下にもつながると言われています。



うらしま荘の管理運営の基本方針として「ストップ・ザ・要介護」を掲げています。運動機能低下防止の観点から「おとなヨガ」「座ってできる体幹トレーニング」「フラダンス入門」など、楽しみながら体を動かす各種講座を介護予防普及啓発事業として開講します。また、毎週1回気軽に看護師に相談ができる「健康相談」も開催します。



【健康づくりや介護予防のための具体的な取組】

事業名	内容	回数
※座ってできる体幹トレーニング	体幹の筋力を鍛え、動きをスムーズに	24回
※フラダンス入門	姿勢の改善や体幹を鍛え、楽しく体づくり	24回
※(男性・女性のための)おとなヨガ	呼吸を整え、精神を高めながら筋力アップ	12回
健康相談	健康に関する悩みなどを相談	48回
健康維持体操	毎日を元気に過ごすための体操	24回
初めてのストレッチ	呼吸法を取り入れた簡単なストレッチ	24回
二部合唱教室	互いの声を聴き合い表現することを学びます	24回
ボイストレーニング	童謡を課題曲に腹式呼吸を学びます	10回
簡単！ボクシングエクササイズ	ボクシングの動作で体幹や脳のトレーニング	12回
歌うチャージング体操	懐かしい歌を歌いながら体を動かします	12回
年末にドイツ語で第九を歌おう！	呼吸法を学びながら、ドイツ語も覚えます	16回
脳トレ 数独入門	楽しく脳のトレーニングをして脳の老化を予防	1回
人生100年時代を生き抜く方法	健康、運動、口腔ケアなど系統的に学びます	6回
まかせて厨房	体の中から健康になることを目標に学びます	4回
ぶらり！うらしま探訪	歴史を学びながら、旧跡を訪ね歩きます	2回
うらしまライトミュージッククラブ	懐かしい歌で、あの頃を思い出します	12回

※事業の中で「座ってできる体幹トレーニング」「(男性・女性のための)おとなヨガ」「フラダンス入門」の3講座は、介護予防普及啓発事業として新規に開講いたします。

(2) 施設の利用促進

質の高い接客サービスを提供するための取組み（高齢者の仲間づくりの支援や個人利用者に配慮した内容）を記載してください

利用者数、稼働率の向上に対し、効果的・具体的な取組みを記載してください。

【質の高い接客サービスを提供するための取組み】

最近は一ひとり暮らしの方が多くなり日常会話が少ないためか、スタッフと会話を楽しみにする方が多くなりました。「住み続けたいまち」の高齢者をサポートする施設として、毎日の利用者との挨拶や会話を大切にするため、全職員へソフト面における教育の充実を図ります。

また以下の取組で、新たな利用者層へのアプローチも行います。

- ◆老人福祉センターを紹介する見学会の開催とホームページでのタイムリーな広報
- ◆部屋のインターネット予約の導入（利用者アンケートのご要望による）
- ◆Web アンケートの実施

【利用者数、稼働率の向上に対する取組】

◆和室に新たにカーペット・机・椅子を購入 ⇒ 洋間としても利用できる

◆全室に Wi-Fi を設置 ⇒ 個人への部屋の貸し出しも可能とする

このような取組みで、比較的稼働率の低い部屋を活用し、全室を多目的に幅広い用途での利用を可能とします。これにより部屋の稼働率アップ、個人の来館者数アップを望むことが可能となります。

新型コロナウイルス感染症拡大前の平成30年度来館者8.6万人・稼働率66%を基礎として、令和4年度は新型コロナウイルス感染症拡大の影響を鑑みて7.9万人・62%に計画し、令和5年度は8.6万人・66%、令和6年度8.7万人・67%、令和7年度8.8万人・68%、令和8年度8.9万人・69%と来館者数、稼働率の向上を計画します。

年度	来館者見込	平成30年度対比	使用率見込	平成30年度対差
令和4年度	79,000人	91.8%	62%	-4%
令和5年度	86,000人	100.0%	66%	±0%
令和6年度	87,000人	101.2%	67%	+1%
令和7年度	88,000人	102.3%	68%	+2%
令和8年度	89,000人	103.5%	69%	+3%

(3) 地域との協力

地域における福祉増進の取組や、その他地域連携に対する取組を記載してください。

【地域における福祉増進の取組み】

◆横浜市の要請があれば、災害時の帰宅困難者への施設開放を実施し、安全確保に努めます。

◆看護師による健康相談、生活相談を実施し、相談内容によっては各種施設を紹介し、地域連携します。

◆地域社会の担い手としての活躍につながる講座を開催することにより、高齢者の社会活動を支援する場を提供します。

【地域連携に対する取組】

◆連携事業 Route 7 による地域ケアプラザ・地元商店街・地区センターを結ぶシャトルバス運行の構想があります。利用者の利便性向上のために、ともに協力します。

◆公園清掃への参加、地区シニアクラブの会合等に部屋の優先予約を行います。

様式2 事業計画書

6 収支計画及び指定管理料

指定管理料の額及び施設の課題等に応じた費用配分

収支計画、利用者サービスのための経費に対する考え方や修繕費への配分などについて、施設の特性を踏まえて記載してください。

(1) 施設管理料の提案

25,446,000円 (区指定額より236,000円減額)

カラオケ使用停止により機器撤収したため、年額リース料相当額を減額しました。

収入計画について

老人福祉センターは基本無料施設となっておりますので、収入計画の大部分は指定管理料の収入となります。その他収入は新型コロナウイルス感染症拡大より大幅に減少しています。

令和4年度の予算として自主事業参加費で758,000円、コピー代30,000円、自動販売機販売手数料350,000円、その他30,000円、合計1,168,000円となります。なお、自動販売機は脱プラボトル使用を計画します。

支出計画について

①人件費

開館時間中の常時3名以上の職員体制とします。館長1名、副館長2名で常時1名以上、また時間給職員12名の内、常時2名以上を確保することが施設の管理運営を業務とするために必然的と考えます。さらに安全確保の面からも経費の節減は難しいと考えております。人員数を確保しながら時間外勤務や交通費等の縮減で現状を維持します。

②省エネ及び資源節約

温度管理等を事務室にて集中管理し、各室ごとのLED化により光熱費を節約します。ごみゼロ「ルート回収」に参加し減量に努めます。

③法人によるスケールメリット

地区センター4施設・コミュニティハウス4施設・公会堂1施設・子どもログハウス1施設・キッズクラブ5施設と所管施設が多くあり、必要な備品、消耗品等は共同購入や借用をする事で経費の節減をいたします。また施設広報誌の相互配架、備品の借用による自主事業や趣味の教室の経費削減に努めております。

また協賛金や寄付金についても、NPO法人の特長を生かして、大手ソフトウェアメーカー、NPO支援団体からパソコン本体やソフト類の寄贈があります。



(2) 施設の課題等に応じた費用配分

利用者サービスのための経費や修繕費への費用配分

人生100年時代に向け健康増進のため、備品費でルームランナーやフィットネスバイク、ステッパーなど、毎年50,000円を予算化して増やしていく計画です。

築35年以上の施設ですが合築館として、令和3年度に大規模なメンテナンスを行い、修繕はほぼ終了しており大きな支出はないと考えます。利用者に安全、安心な楽しい場所として利用してもらうために備品、設備等は常に確認し不具合があれば随時20万円以内で修繕を行います。照明のLED化も部屋ごとに順次進める予定です。

様式2 事業計画書

7 加減点項目 前期の指定管理業務の実績（現在の指定管理者のみ記載してください。）

前期の指定管理期間における老人福祉センター事業の実績を記載してください。
また、新型コロナウイルス感染症拡大防止に係る取組み等について記載してください。

前期の指定管理期間における事業実績

【前期指定管理業務実績】

サービス向上及び経費節減

実施時期	内 容	効 果
平成28年度以前より継続実施中	2階ロビーにデジタル血圧計を配置しました。	体操やダンス等での利用者の健康チェックのために役立っています。
	神奈川区シニアクラブ連合会が開催する「横浜シニア大学」の会場を提供しています。 	高齢者の教養の向上、時代に適応した社会感覚と知識を深めるための学習活動の活性化に寄与しています。
	立町町内会によるみはらし公園清掃に参加しています。	地域との交流促進、連携強化につながっています。
	回収済みペットボトルキャップをポリオワクチン購入の為に、支援団体に提供しています。 	利用者の協力で集まったペットボトルキャップを支援団体に提供し、ポリオワクチン購入に役立っています。
	看護実習として看護学校の学生を受け入れています。	高齢者の実情を学生に伝えるとともに異世代交流に寄与しています。
平成28年3月	男女トイレの洋式化工事を実施しました。	施設の保全を図るとともに、多くの利用者の声に応えました。
同年3月	館内の飲料水自動販売機を災害仕様に交換しました。	飲料水の補給等に関して、災害時に対応できる体制になっています。
同年4月	立町町内会資源ごみ回収に協力しています。	古紙を資源ごみ地域回収に提供し、地域との交流促進と連携を強化しています。
同年5月～	横浜市老人クラブ連合会主催の「囲碁・将棋大会」に会場を提供しています。	うらしま荘の紹介ができます。
同年8月	大広間の「カラオケ機」と「演者モニター」を最新式に入れ替えました。	入替で操作方法、音質、モニターの見やすさが向上し、利用者から好評を得ています。
同年9月～	「わが町かながわマナー違反一掃作戦」に法人で参加しています。	地域協力、連携並びに街の美化に協力することができました。

様式2 事業計画書

平成29年 4月～	給茶機を導入、あわせてマイカップ持参運動を推進しています。		茶器の準備片付け時間がなくなり、給茶サービス時間が伸びました。あわせてごみ排出抑制が推進できました。
平成30年 2月～	会議室にDVD・ブルーレイ内蔵の液晶テレビモニターを導入しました。		軽くて取扱いが簡単で映りがきれい、と利用者から喜ばれています。
同年1月	区民活動支援センターに協力し、社交ダンス講座と助っ人バンク交流・体験会に会場を提供しました。		神奈川区の区民活動支援に協力するとともに、幅広い層にうらしま荘を紹介することができました。
平成31年 2月～	館内のエコ取組として蛍光灯のLED化を推進しています。(機能回復訓練室・会議室・大広間前廊下については導入済)		省エネおよび環境にやさしい施設づくりをめざし、蛍光灯のLED化を開始しました。
令和元年 9月～	出入口に段差のある部屋対応として折り畳み式アルミスロープを用意しました。		全ての部屋が車椅子での入室が容易になりました。
同年1月	区福祉保健センター主催の「高齢者支援体力測定」に会場を提供しました。		60歳以上の高齢者を対象に体力測定の実施会場として提供し、認知度向上、来館者増につながりました。
同年11月	神西浦島丘地区主任児童委員会をはじめ、区関係者、白幡大口七島各地区社会福祉協議会、自治会関係者に「こどもお楽しみ会」会場を提供しました。		多くの子どもやご家族が来館され、うらしま荘の認知度を高め、来館者増に繋がりました。
令和3年 2月	大広間、娯楽室、和室の障子紙を張替えました。		強度のあるプラスチック製の障子紙に全面変更し、美観、耐久性、断熱効果を向上させました。
同年3月	大広間にカーペットを敷設しました。		畳の上にカーペットを敷設し、ソファを置くことで利用者の足腰の負担を軽減するようにしました。
同年3月	和室の畳表替えを実施しました。		経年劣化した和室の畳替えを行い、同時にカーペットも用意し、洋室としても対応できるようにしました。

【収入利益の還元】

マイカップ推進を展開しておりますが、紙コップが必要な方には1個10円以上の寄付をお願いしております。これまでに紙コップの協力金28,000円を福祉活動ホーム・就労継続支援B型事業所に寄付しました。また地元子供会の古紙回収にも協力しています。



【看護学生の実習受け入れ】

毎年2校の看護学校実習生約36名を受け入れ、のべ180人が大広間や各団体にインタビューを行い元気な高齢者とのふれあい、交流を行いました。

【設備・備品の更新】

利用者の利便性を向上するために和室にテーブル椅子を増設、カーペットを敷いて洋間化を図りました。また大広間にもカーペットを敷きソファを配置することによりゆっくり過ごすことができる空間に変更しました。畳・障子は劣化しにくい



素材での張替えを行いました。大広間の車椅子の対応としてアルミの移動スロープを購入し必要時は直ちに対応できるようにしました。全職員訓練済みです。



【合築館の情報共有】

神奈川図書館・横浜市老人クラブ連合会・シルバー人材センター・うらしま荘と4館の情報共有を年3回行い、修繕や不具合の箇所などを共有認識しています。合同防災訓練を年2回行い、有事の際の相互の協力体制が構築されています。



【前期自主事業・趣味の教室実績】

前期主要自主事業・趣味の教室実績

主要自主事業	開催数 (回)	延べ参加人数 (人)
うらしま祭	4	12,689
健康相談	187	1,522
健康ミニセミナー	8	93
うらしま寄席	9	498
津軽三味線ライブ	5	468
まかせて厨房	16	185
季節のスイーツ	12	149
カラオケ発表会	3	961
計	244	16,565
主要趣味の教室	開催数 (回)	延べ参加人数 (人)
初めてのストレッチ	93	2,095
健康維持体操	82	2,110
ボイストレーニング	78	1,655
二部合唱教室	80	2,121
歴史講座	10	242
写経講座	6	89
計	349	8,312
合計	593	24,877

平成31年度は、順調に利用者増加を図ってまいりましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため2月末より3月末まで休館を余儀なくされ、初めて利用者数が前年を確保できない結果となりました。

趣味の教室は毎年平均10講座を開催、延べ91回、2000名の受講者がありました。

自主事業においては毎年平均30講座を開催し、1割～2割の講座を新規のものと入れ替え、年平均6,500人の受講者がありました。健康相談も年間48回開催し、延べ376名の相談者がありました。

また年に1度の「うらしま祭」や「七福館めぐり」には3,900人程の来館者があり、賑わいました。横浜開港記念日の6月2日には法人が所管する全施設で「0602イベント」を行い、うらしま荘では400名ほどの来館者がありました。

以上、法人所管施設の連携を生かし、地区センター・公会堂・コミュニティハウス等とのリレー講座の開催、また施設相互の講座案内や空き室案内等を広報することで、利用者増を図ってきました。

【うらしまホットサロンの実績】

ロビーにおいて折り紙・編み物・小物細工等を年間半分の23週ほど開催しました。

ボランティア講師69名、138名の延べ参加人数があり、仲間が集まり、ものづくりとコミュニケーションを楽しむ場所として喜ばれました。



うらしまホットサロンの作品

(イ) 新型コロナウイルス感染症拡大防止等に係る取組み

具体的な新型コロナウイルス感染症拡大防止対策

- ① 混雑時の入場制限（各部屋には定員を表示）
- ② 座席の間隔確保、特に大広間、ロビー、会議用机等の間隔確保（使用禁止の表示）
- ③ 受付における仕切り版、飛沫防止クロスによる遮断
- ④ マスク等の着用の徹底
- ⑤ 手洗い・手指消毒の実行
- ⑥ 発熱時等（37.5℃）の入場制限
- ⑦ 席・設備などの定期消毒の実行
- ⑧ 十分な換気、全室入り口・扉の開放
- ⑨ 感染発生状況の情報提供
- ⑩ コイントレイの使用による接触回避



◆入館時に個人利用者には緊急時連絡用として、氏名、電話番号利用場所、体温、体調等を専用用紙記入後、マスク着用で入場をお願いしています。また団体利用者については責任者が全員の連絡先を把握することにしてあります。

◆ソーシャルディスタンスによる1メートル以上の確保が難しい麻雀、囲碁、ダンス、カラオケ、シャワー室等は感染予防のため中止しました。

※休止中のシャワーは月3回（5・15・25日）出湯し、給排水管内の劣悪化を防止、レジオネラ属菌対策として貯湯槽内水温の60度以上維持を毎日の水温計の目視で確認しています。

◆アルコール消毒液は受付、廊下、各部屋の前に設置、またエレベーターの定員、各部屋の利用人数を通常の50%に制限をしています。

◆全室の入り口・扉を常時開放し換気を徹底するとともに、定期的にスタッフが入室し窓の開閉を行っています。

◆FAX・電話での申込により来館しなくても部屋の予約が取れ、感染拡大防止に役立っております。

◆ソーシャルディスタンスの確保ができる自主事業に関しては徐々に再開しています。

◆利用制限のある中で活動を続けたい団体については個別に支援していきます。

◆当面は感染予防の為に実施していた団体利用後のテーブル、椅子、備品のアルコール消毒、除菌をお願いしスタッフが確認する方式は継続します。同様に個人利用者が使用したテーブルや椅子、手すり、出入口のレバーなどの消毒もスタッフによる定期的実施を継続し、高齢者の安全を確保します。

◆各部屋はもとより、ロビー・大広間の椅子、テーブルを間引き、大幅なレイアウト変更を実施しソーシャルディスタンスを確保しております。

◆ロビーにコロナウイルス関連の情報ボードを設置し、最新情報を掲示しております。

◆法人では所管する地区センター、公会堂において横浜市緊急雇用事業に協力し、『検温、消毒スタッフ』を3か月間アルバイト雇用しました。

様式 3

単独団体名	特定非営利活動法人 こらぼネット・かながわ
施設名	老人福祉センター横浜市うらしま荘

令和4年度収支予算書(兼指定管理料提案書)

I. 指定管理料

(単位：円)

提 案 額 (a)	25,446,000
※区指定上限額 (b)	25,682,000
差 引 (a) - (b)	▲ 236,000
提案額の区指定上限額に対する割合 (a) / (b)	99.0%

指定管理料=小計【イ】を記入
※区指定上限額 (b) の範囲内で提案してください。

II. 令和4年度収支予算書(総括表)

1 収入の部

項 目	合計金額 (単位：千円)	備 考
自主事業収入 [A]	758	介護予防普及啓発事業分は含みません。
雑入 [B]	410	
小 計 【ア】 ([A]~[B])	1,168	施設運営収入の計
指定管理料 [C]	25,446	【ウ】 - 【ア】
小 計 【イ】 ([C])	25,446	指定管理料の計
収入合計 ([ア] + 【イ】)	26,614	

2 支出の部

項 目	合計金額 (単位：千円)	備 考
人件費 [a]	19,431	
事務費 [b]	2,180	
自主事業費 [c]	2,758	介護予防普及啓発事業分は含みません。
管理費 A (光熱水費等) [d]	410	
管理費 B (保守管理費等) [e]	400	
公租公課 [f]		
事務経費 [g]	1,435	
支出合計 【ウ】 ([a]~[g])	26,614	

※金額は、消費税及び地方消費税(10%)込みの額を記載してください。

様式3 (3-①)

単独団体名	特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ
施設名	老人福祉センター横浜市うらしま荘

令和4年度収支予算書

1 収入の部内訳 (指定管理料除く)

(単位:千円)

	項目	内容等	金額	
自主事業収入	趣味の教室	参加費	ア 260	
	自主事業	参加費	イ 498	
			ウ	
			エ	
			オ	
	小計		[A] 758	ア~オ
雑入	自動販売機手数料		カ 350	
	印刷代		キ 30	
	その他収入		ク 30	
			ケ	
			コ	
			サ	
		小計		[B] 410
小計 [A]		施設運営収入計	1,168	[A]~[B]

※金額は、消費税及び地方消費税(10%)込みの額を記載してください。

様式3 (3-②)

単独団体名	特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ
施設名	老人福祉センター横浜市うらしま荘

令和4年度収支予算書

2 支出の部内訳

(単位：千円)

	項目	内容等	金額	
人件費	常勤職員		ア 11,781	
	時給スタッフ		イ 7,200	
	交通費、健康診断費		ウ 450	
	小計		[a] 19,431	ア～ウ
事務費			[b] 2,180	
自主事業費			[c] 2,758	
管理費A	電気料金		エ 0	
	ガス料金		オ 10	
	上下水道料金		カ 400	
	小計		[d] 410	エ～カ
管理費B	修繕費		キ 300	
	清掃		ク	
	消防設備		ケ	
	機械警備		コ	
	空調設備		サ	
	エレベーター		シ	
	自動ドア		ス	
	電気保守管理点検		セ	
	非常用放送設備		ソ	
	害虫駆除		タ	
	植栽管理		チ	
	設備総合巡視点検		ツ	
	その他		テ 100	
	小計		[e] 400	キ～ニ
公租公課			[f]	
事務経費	労務、経理、契約、職員研修など		[g] 1,435	
小計【ウ】	施設管理運営経費計		26,614	[a]～[g]

※金額は、消費税及び地方消費税（10%）込みの額を記載してください。

※公租公課欄には、仕入税額控除後の消費税及び地方消費税見込額、その他税額を記載してください。

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業計画書（趣味の教室）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

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
1 【ポジティブ・エイジングの推進】 健康維持体操	市内在住60歳以上	168,000	120,000	48,000	120,000	48,000	0
	各回20名						
	100円						
2 【ポジティブ・エイジングの推進】 初めてのストレッチ	市内在住60歳以上	168,000	120,000	48,000	120,000	48,000	0
	20名						
	2,400円						
3 【ポジティブ・エイジングの推進】 二部合唱教室	市内在住60歳以上	168,000	120,000	48,000	120,000	48,000	0
	20名						
	2,400円						
4 【ポジティブ・エイジングの推進】 ボイストレーニング	市内在住60歳以上	170,000	120,000	50,000	120,000	50,000	0
	各25名						
	1,000円						
5 【知識を深め人生を豊かにする 講座】 スマホアプリ活用術(入門編)	市内在住60歳以上	23,000	20,000	3,000	18,000	5,000	0
	10名						
	300円						
6 【知識を深め人生を豊かにする 講座】 ボランティアへの第一歩	市内在住60歳以上	51,000	51,000	0	36,000	15,000	0
	12名						
	無料						
7 【知識を深め人生を豊かにする 講座】 人生100年時代を生き抜く方法	市内在住60歳以上	36,000	33,000	3,000	36,000		0
	15名						
	200円						
8 【知識を深め人生を豊かにする 講座】 暮らしの中の仏教語講座	市内在住60歳以上	36,000	16,000	20,000	30,000	6,000	
	20名						
	1,000円						
9 【心のメンテナンス】 写経講座	市内在住60歳以上	37,000	27,000	10,000	30,000	7,000	0
	10名						
	1,000円						
10 【心のメンテナンス】 ひざ・腰が楽！いす坐禅入門	市内在住60歳以上	46,000	34,000	12,000	36,000	10,000	0
	各10名						
	200円						
11 【心のメンテナンス】 バステルアート講座	市内在住60歳以上	56,000	44,000	12,000	36,000	20,000	0
	10名						
	1,200円						
12 【心のメンテナンス】 片付けでお家も心もスッキリ！	市内在住60歳以上	24,000	18,000	6,000	18,000	6,000	0
	10名						
	600円						
小計		983,000	723,000	260,000	720,000	263,000	0

事業ごとの事業内容等を様式4-②に記載してください。

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業計画書（自主事業）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

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
1 【健康づくり事業】 健康相談	市内在住60歳以上	288,000	288,000	0	288,000	0	0
	480名						
	無料						
2 【健康づくり事業】 まかせて厨房	市内在住60歳以上	66,000	34,000	32,000	32,000	30,000	4,000
	各10名						
	800円						
3 【健康づくり事業】 簡単！ボクシングエクササイズ	市内在住60歳以上	84,000	60,000	24,000	72,000	12,000	
	20名						
	1200円						
4 【健康づくり事業】 歌うチャームング体操	市内在住60歳以上	84,000	60,000	24,000	72,000	12,000	0
	20名						
	1200円						
5 【健康づくり事業】 フラダンス中級	市内在住60歳以上	84,000	60,000	24,000	72,000	12,000	0
	20名						
	1,200						
6 【健康づくり事業】 ①男性のためのおとなヨガ中級 ②女性のためのおとなヨガ中級	市内在住60歳以上	168,000	120,000	48,000	144,000	24,000	0
	20名						
	1200円						
7 【健康づくり事業】 年末にドイツ語で 第九を歌おう！	市内在住60歳以上	126,000	78,000	48,000	96,000	10,000	20,000
	24名						
	2000円						
8 【健康づくり事業】 脳トレ 数独入門	市内在住60歳以上	10,000	6,000	4,000	6,000	4,000	0
	20名						
	200円						
9 【知識を深め人生を豊かにする 講座】 日本酒の利き酒講座	市内在住60歳以上	54,000	18,000	36,000	18,000	36,000	0
	12名						
	3,000円						
10 【知識を深め人生を豊かにする 講座】 美味しいコーヒーの淹れ方講座	市内在住60歳以上	48,000	24,000	24,000	24,000	24,000	0
	12名						
	2,000円						
11 【知識を深め人生を豊かにする 講座】 世界遺産の基礎知識	市内在住60歳以上	27,000	18,000	9,000	18,000	9,000	0
	15名						
	600円						
12 【知識を深め人生を豊かにする 講座】 仏像の魅力を探る	市内在住60歳以上	27,000	18,000	9,000	18,000	9,000	0
	15名						
	600円						
小計		1,066,000	784,000	282,000	860,000	182,000	24,000

事業ごとの事業内容等を様式4-②に記載してください。

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業計画書（自主事業）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

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
13 【知識を深め人生を豊かにする講座】 アンティークカップで英国式紅茶	市内在住60歳以上	56,000	24,000	32,000	24,000	32,000	0
	10名						
	3,200円						
14 【知識を深め人生を豊かにする講座】 スマホアプリ活用術(応用編)	市内在住60歳以上	24,000	18,000	6,000	18,000	6,000	0
	10名						
	600円						
15 【知識を深め人生を豊かにする講座】 ぶらり！うらしま歴史探訪	市内在住60歳以上	19,000	17,000	2,000	12,000	7,000	0
	10名						
	200円						
16 【知識を深め人生を豊かにする講座】 男のお料理入門コース	市内在住60歳以上	53,000	25,000	28,000	18,000	35,000	0
	8名						
	3,500円						
17 【利用者アンケート、要望に沿った講座】 アロマクラフト講座	市内在住60歳以上	48,000	18,000	30,000	18,000	30,000	0
	10名						
	3,000円						
18 【利用者アンケート、要望に沿った講座】 着物・帯りメイク術	市内在住60歳以上	32,000	24,000	8,000	24,000	8,000	0
	10名						
	800円						
19 【利用者アンケート、要望に沿った講座】 大河ドラマ「鎌倉殿の13人」	市内在住60歳以上	36,000	24,000	12,000	24,000	12,000	0
	15名						
	800円						
20 【利用者アンケート、要望に沿った講座】 うらしまライトミュージッククラブ	市内在住60歳以上	20,000	20,000	0	0	20,000	0
	10名						
	無料						
21 【異世代交流事業】 うらしま祭	一般	166,000	166,000	0	0	166,000	0
	300名						
	無料						
22 【異世代交流事業】 0602イベント	一般	30,000	30,000	0	0	30,000	0
	300名						
	無料						
23 【異世代交流事業】 託児サポーター養成講座	一般	10,000	10,000	0	0	10,000	0
	10名						
	無料						
24 【異世代交流事業】 うらしま寄席	一般	5,000	5,000	0	0	0	5,000
	50名						
	無料						
小計		499,000	381,000	118,000	138,000	356,000	5,000

事業ごとの事業内容等を様式4-②に記載してください。

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業計画書（自主事業）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

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		市定管理料 から充当	参加費	講師謝金	材料費	その他
25 【異世代交流事業】 津軽三味線ライブ	一般						
	50名						
	300円	39,000	24,000	15,000	34,000	5,000	0
26 【異世代交流事業】 うらしま荘のハッピーハロウィン	一般						
	300名						
	無料	20,000	20,000	0	0	20,000	0
27 【異世代交流事業】 未来のパティシエに学ぶ 簡単スイーツの作り方	市内在住60歳以上						
	各12名						
	1000円	29,000	5,000	24,000	0	24,000	5,000
28 【若いシニア世代のための 講座】 パーソナルカラー診断	市内在住60歳以上						
	10名						
	500円	11,000	6,000	5,000	6,000	5,000	0
29 【若いシニア世代のための 講座】 ソムリエによるワイン講座	市内在住60歳以上						
	各12名						
	1,500円	48,000	12,000	36,000	12,000	36,000	0
30 【若いシニア世代のための 講座】 ネイルケア・カラーリング入門	市内在住60歳以上						
	10名						
	600円	24,000	18,000	6,000	18,000	6,000	0
31 【若いシニア世代のための 講座】 認知症サポーター養成講座	市内在住60歳以上						
	10名						
	無料	3,000	3,000	0	0	3,000	0
32 【若いシニア世代のための 講座】 介護の基礎知識	市内在住60歳以上						
	10名						
	無料	3,000	3,000	0	0	3,000	0
33 【若いシニア世代のための 講座】 うらしまホッとサロン	市内在住60歳以上						
	—						
	無料	15,000	15,000	0	0	0	15,000
34 【趣味の空間】 グランドピアノを弾こう！	市内在住60歳以上						
	—						
	1,000円	15,000	3,000	12,000	0	0	15,000
35 【趣味の空間】 うらしま荘の屋上で 太極拳をしよう！	市内在住60歳以上						
	15名						
	無料	3,000	3,000	0	0	0	3,000
小計		210,000	112,000	98,000	70,000	102,000	38,000
合計		2,758,000	2,000,000	758,000	1,788,000	903,000	67,000

事業ごとの事業内容等を様式4-②に記載してください。

様式4-①

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業計画書（介護予防普及啓発事業）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

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
1 【介護予防普及啓発事業】 座ってできる体幹トレーニング	市内在住60歳以上						
	20名						
	無料	120,000	120,000	0	120,000	0	0
2 【介護予防普及啓発事業】 フラダンス入門	市内在住60歳以上						
	20名						
	無料	120,000	120,000	0	120,000	0	0
3 【介護予防普及啓発事業】 ①男性のためのおとなヨガ ②女性のためのおとなヨガ	市内在住60歳以上						
	各20名						
	無料	120,000	120,000	0	120,000	0	0
事業実施後に介護予防普及啓発事業費として補てんされる予定です。							
小 計		360,000	360,000	0	360,000	0	0

事業ごとの事業内容等を様式4-②に記載してください。

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

（趣味の教室）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
1 【ポジティブ・エイジングの推進】 健康維持体操	（目的・内容） 気軽で簡単な体操が健康維持につながります。ストレッチ、気功などの要素を取り入れたゆったりとした体操です。当日、申込なしでも参加できる事業です。	4月～3月 24回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
2 【ポジティブ・エイジングの推進】 初めてのストレッチ	（目的・内容） はりのある筋肉を目指し簡単なストレッチをします。老化予防に最適です。体力の低下を感じている方にも無理なくできる、呼吸法を取り入れた簡単ストレッチです。	4月～3月 24回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
3 【ポジティブ・エイジングの推進】 二部合唱教室	（目的・内容） 2つのパートに分かれて合唱し、ハーモニーを学びます。互いの声を聴きあって表現することを楽しみ、音の重なりを味わいます。響きを意識し合うことで、脳が活性化され、発声により健康増進効果もあります。	4月～3月 24回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
4 【ポジティブ・エイジングの推進】 ボイストレーニング	（目的） 自宅ではなかなか大きな声が出せません。心おきなく大きな声を出すことで、元気になり、気持ちもリフレッシュします。 （内容） 童謡や唱歌を歌いながら、発声法や腹式呼吸法を学びます。楽しく歌いながらボイストレーニングをしていると、自然と大きな声が出せるようになります。	4月～3月 前期：10回 後期：10回

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

（趣味の教室）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
5 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 スマホアプリ活用術 ～入門編～	（目的） スマホは持っているけれど、使い方に自信がない…、そのような方に、使えると便利なコミュニケーションアプリの使い方をご紹介します。 （内容） ①スマホの基本的な操作方法 ②スマホアプリの基本的な知識とインストールの仕方 ③コミュニケーションアプリの初期設定やトーク練習、無料電話、ビデオ電話の仕方	5月～7月 3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
6 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 ボランティアへの第一歩	（目的） ボランティア活動に興味はあるが、何をしたらいいかわからない方に、ボランティアへのきっかけ作りをします。 （内容） ボランティアの基礎知識を学んだ後、「おもちゃドクター」「読み聞かせボランティア」「植栽ボランティア」など実際にボランティア活動をしている方を講師に迎え、「ボランティアスタイル」を探します。	4月～9月 6回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
7 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 人生100年時代を生き抜く方法	（目的） 人生100年時代を幸せに生きる方法を、毎回、講師をお招きしそれぞれの角度から解説していただきます。 （内容） 人生100年時代を生き抜く上で必要な知識、備えを「健康」「運動」「ストレスマネジメント」「栄養」「口腔ケア」「お金」など系統的に学習します。	10月～3月 6回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
8 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 暮らしの中の 仏教語講座	（目的） 普段の生活の中で、気づかぬうちに使っている仏教用語。その意味や由来を知っておくと、人を引き付けるワンランク上の会話術が身につくかもしれません。 （内容） ご住職を講師にお招きし、日常会話で知らないうちに使っている仏教用語について解説していただきます。	5月～9月 5回

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

（趣味の教室）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
9 【心のメンテナンス】 写経講座	<p>（目的） 写経の効果で脳が活性化され、集中力・忍耐力もつきます。さらに自然治癒力が向上し、姿勢もよくなります。</p> <p>（内容） ご住職の法話の後、心静かに般若心経を書写します。</p>	10月～2月 5回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
10 【心のメンテナンス】 ひざ・腰が楽！いす 坐禅入門	<p>（目的） 足に負担の少ない、椅子を使った坐禅を取り入れることで高齢者がより参加しやすい講座を目指します。また稼働率の比較的低い和室を使用することで、稼働率のアップも図ります。</p> <p>（内容） うらしま荘で坐禅を体験できます。日常さまざまな場所で気軽に坐禅を行えるノウハウが身に付きます。</p>	4月～9月 6回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
11 【心のメンテナンス】 パステルアート講座	<p>（目的） パステルアートで脳も心も健康に！簡単、楽しい、癒されるアートセラピーを体験します。</p> <p>（内容） パステルという画材を使った、誰にでもできるアートです。筆も水も絵心も必要ありません。60歳から新しい趣味として、おすすめします。また新しい趣味を継続したい方のために、事後グループ形成の手助けもします。</p>	4月～9月 6回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
12 【心のメンテナンス】 片付けでお家も心も スッキリ！	<p>（目的・内容） 家を片付けたいけれど、なかなか行動に移せない人のためのきっかけ作りです。整理収納アドバイザーを講師に招き、気持ちよく暮らすために「部屋を整える」コツを学びます。</p>	5月～7月 3回

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
1 【健康づくり事業】 健康相談	<p>（目的・内容） 健康で明るい生活を楽しむため、気楽に健康相談ができる機会を提供します</p> <p>月に4回。看護師による血圧測定などの健康相談を開催します。毎週定期的に開催しますので、体調管理の一助として、また医者に行かないまでも、些細な相談事などができます。</p>	4月～3月 48回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
2 【健康づくり事業】 まかせて厨房	<p>（目的・内容） 食べることで体の中から健康になること学びます。これまでも人気の講座です。四季折々の旬の食材を使って、ヘルシーな料理を学びます。</p>	6月～2月 4回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
3 【健康づくり事業】 簡単！ボクシング エクササイズ	<p>（目的） ボクシングエクササイズを通じて、体幹や脳のトレーニングをします。</p> <p>（内容） 椅子に座ったままで楽しむことができ、体幹トレーニングにもなります。順番を覚えて動くことで脳の活性化にも効果があります。新しい趣味の一つとして継続したい方のために、事後グループ形成の手助けもします。</p>	4月～9月 12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
4 【健康づくり事業】 歌うチャーミング 体操	<p>（目的） 人生100年時代！いつまでも健康でチャーミングに輝き続ける生き方を支援します。</p> <p>（内容） 懐かしい歌である日あの頃を思い出し、歌いながら身体を動かすことで脳の活性化、健やかな心身の維持を目指します。</p>	4月～3月 12回

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
5 【健康づくり事業】 フラダンス中級	<p>(目的) 趣味の教室でフラダンスを始めた方や、フラダンスを経験したことがあり、もう一度再開したい方を対象とします。</p> <p>(内容) 奥の深いフラダンスをもう少し踏み込んで習いたい方におすすめの講座です。事後グループ形成のお手伝いもします。</p>	4月～3月 12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
6 【健康づくり事業】 ①男性のための おとなヨガ中級 ②女性のための おとなヨガ中級	<p>(目的) 趣味の教室でヨガを始めた方や、もう一度ヨガを再開したい方を対象とします。</p> <p>(内容) 男性、女性それぞれに合ったヨガを学びます。引き続き新しい趣味の一つとして継続したい方のために、事後グループ形成の手助けもします。</p>	4月～3月 ①・②各12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
7 【健康づくり事業】 年末にドイツ語で 第九を歌おう！	<p>(目的) 法人所管の神奈川公会堂協力のもと、今までにないステージ発表の体験を提供します。</p> <p>(内容) 年末にドイツ語でベートーヴェンの第九を歌います。舞台は神奈川公会堂です。合唱の経験がない方、ドイツ語を勉強したことのない方、楽譜を読めない方、大歓迎です。練習して年末に素敵なハーモニーを響かせます。</p>	5月～12月 16回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
8 【健康づくり事業】 脳トレ 数独入門	<p>(目的・内容) 楽しく脳のトレーニングをして脳の老化予防や認知症の予防をします。数独は、3×3のブロックに区切られた9×9の正方形の枠の中に1～9までの数字を入れるペンシルパズルです。数独をしたことのない方を対象に数独の解き方のコツを学びます。</p>	6月 1回

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
9 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 日本酒の 利き酒講座	（目的・内容） コロナ禍で「家飲み」の機会も増えています。お酒についての知識を深め、さらに充実した「家飲み」をおすすめします。日本全国の美味しいお酒を飲み比べ、その味わいや香りの違いを堪能します。さらにその日本酒に合うおつまみも教わり、家飲みを楽しくします。	12月～2月 3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
10 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 美味しいコーヒーの 淹れ方講座	（目的） 自分だけの一杯を見つけたい！楽しみや趣味として始めたい！美味しいコーヒーで人をもてなしたい！そのような方におすすめのコーヒー淹れ方講座です。 （内容） コーヒーの産地、歴史、種類、焙煎方法を学び、美味しいコーヒーの淹れ方を実際にプロに教えてもらい、試飲して香りや味を体験します。ご家庭でもカフェに負けないコーヒーを淹れられるようになります。	10月～1月 4回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
11 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 世界遺産の 基礎知識	（目的） 日本と海外の人気の世界遺産やおすすめの世界遺産の魅力をたっぷり味わうことのできる講座です。 （内容） ①世界遺産とは ②日本の世界遺産 ③海外の世界遺産	7月～9月 3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
12 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 仏像の魅力を探る	（目的・内容） さまざまな日本の仏像を紹介しながら、古代、中世の美術品としての仏像の魅力を学びます。仏像の見分け方や形などを分かりやすく解説。仏像の鑑賞力がアップします。	10月～12月 3回

様式4-②

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
13 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 アンティークカップで 英国式紅茶	（目的・内容） 家に眠っているお気に入りのティーカップを使った素敵なティータイムを提案します。 正しい紅茶の淹れ方を学んで、ご家庭でも本格的な紅茶を楽しむことができるようにします。紅茶の種類に合わせたフードペアリングも学びます。お気に入りのカップを持参し、ワンランク上のティータイムを体験することができます。	11月～2月 4回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
14 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 スマホアプリ活用術 ～応用編～	（目的） コロナ禍ですっかり馴染みあるものになった「Web会議システム」。リモート飲み会や遠方にいる子どもや孫とのコミュニケーションに活用できるように、その使い方を学びます。 （内容） スマホの基本的な操作方法、スマホアプリについての基本的な知識とインストールの仕方を解説します。「Web会議システム」を使いこなし、コロナ禍も楽しく過ごすことができるよう、応援します。	9月～10月 3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
15 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 ぶらり！うらしま 歴史探訪	（目的） 神奈川区の歴史を学び、その旧跡を訪ね歩く講座です。 （内容） ・ 亀住町にある浦島地蔵を探訪 ・ 蓮法寺にある浦島太夫・太郎父子の供養塔を探訪 ・ 慶運寺にある浦島太郎が乙姫様からもらったとされる菩薩像を探訪 ・ 浦島太郎が竜宮城から戻って足を洗ったといわれる足洗川の碑を探訪	11月 2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
16 【知識を深め、人生を豊かにする講座】 男のお料理 入門コース	（目的） 男性だけの教室で、料理のはじめの一歩を踏み出すきっかけをつくります。料理の基礎から、おもてなし料理まで楽しく学びます。 （内容） ①基本の料理（まずは料理の基本から） ②うどん打ち講習（コシのある本格うどんを手作り） ③そば打ち講習（手作りの年越しそばに挑戦！）	10月～12月 3回

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
17 【利用者アンケート、 要望に沿った講座】 アロマクラフト講座	（目的・内容） 楽しく、香りに癒される優しいアロマとハーブの生活を提案します。好みの香りを選んで自分だけのアロマスプレーやハンドクリームなどを作ります。美味しいハーブティーをいただきながら楽しく学びます。	12月～2月 3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
18 【利用者アンケート、 要望に沿った講座】 着物・帯りメイク術	（目的・内容） 使わないでいる着物や帯を再利用する方法を提案します。お気に入りの着物や帯を素敵な小物によみがえらせます。	5月～8月 4回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
19 【利用者アンケート、 要望に沿った講座】 大河ドラマ 「鎌倉殿の13人」	（目的） 2022年のNHK大河ドラマ「鎌倉殿の13人」の時代背景を楽しく学びます。 （内容） 鎌倉幕府を開いた源頼朝を支えていた13人の家臣団や頼朝の死後の鎌倉幕府の内部抗争の中を生きた北条義時について詳しく学んでいきます。	7月～8月 4回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
20 【利用者アンケート、 要望に沿った講座】 うらしまライト ミュージッククラブ	（目的・内容） レコードにもう一度光をあてて活用します。家に大切にしまっているレコード。でも肝心のレコードプレーヤーがなくて聴けない。そのようなレコードをうらしま荘で聴いて懐かしいあの頃の思い出を語り合います。	4月～3月 12回

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
21 【異世代交流事業】 うらしま祭	<p>（目的・内容） 利用者が日頃の活動成果を披露する場を提供します。利用者・地域・施設が一体となり「ふれあいの場」「学びの場」「出会いの場」を作り出すことを目的とします。諸室では作品展、大広間では演芸大会等、機能回復訓練室では発表会（体操・ダンス等）を行います。関係団体、近隣小学校の児童による発表会もあり、地域のお祭りとして毎年、趣向を凝らしています。</p>	9月 1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
22 【異世代交流事業】 0602イベント	<p>（目的・内容） 横浜開港記念日（6月2日）に法人所管の全施設をあげて行うイベントです。学校がお休みの子どもたちには、遠くに行かなくても身近な施設で遊んでもらえる催しです。スタンプラリー形式で所管する施設をめぐる。うらしま荘では三角くじや親子カラオケ大会など、この日は子どもを含め多くの人で賑わいます。</p>	6月2日 1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
23 【異世代交流事業】 託児サポーター養成講座	<p>（目的） 地域や施設内で活躍していただく「託児サポーター」を養成します。講座終了後は託児サポーターとして活動していただきます。</p> <p>（内容） ①乳幼児の心理 ②子供の病気の予防と対応 ③乳幼児の救命救急 ④体験実習（地区センター等の託児付講習で実習）</p>	5月～9月 5回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
24 【異世代交流事業】 うらしま寄席	<p>（目的） 「納涼うらしま寄席」「新春うらしま寄席」と題して年2回、落語を楽しみます。</p> <p>（内容） 笑うことは、美容と健康にもよいと言われています。大広間を寄席らしい雰囲気演出し、ゆったりとくつろぎながら楽しみます。</p>	7月・1月 2回

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
25 【異世代交流事業】 津軽三味線ライブ	<p>（目的） シンプルで力強く、そして繊細、津軽三味線本来の魅力とプロフェッショナルな演奏をお楽しみます。</p> <p>（内容） 大広間をライブ会場にして、生で津軽三味線の響きを体感し、特別なひと時を過ごします。</p>	1月 1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
26 【異世代交流事業】 うらしま荘の ハッピーハロウィン	<p>（目的） ハロウィンというイベントを通じて、地域の子どもたちとの交流を図ります。</p> <p>（内容） 思い思いの仮装をした子どもたちが、うらしま荘の各部屋を巡ります。各部屋で子どもたちにお菓子を配り、利用者と子どもたちとの交流を図ります。</p>	10月 1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
27 【異世代交流事業】 未来のパティシエに 学ぶ簡単スイーツ の作り方	<p>（目的） スイーツ専門学校の生徒を講師に招き、地域交流、異世代交流を図ります。</p> <p>（内容） 近隣のスイーツ専門学校協力のもと、簡単スイーツの作り方を学びます。</p>	11月・1月 2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
28 【若いシニア世代の ための講座】 パーソナルカラー 診断	<p>（目的） 自分に似合う色を学ぶことで、普段のファッションやメイクが楽しくなります。</p> <p>（内容） 自分の似合う色ってどんな色？一人ずつドレープをあて診断。似合う色を見つけて、より素敵な装いを楽しみます。</p>	7月 1回

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
29 【若いシニア世代のための講座】 ソムリエによる ワイン講座	<p>（目的） コロナ禍で「家飲み」の機会も増えています。ワインについての知識を深め、さらに充実した「家飲み」を提案します。</p> <p>（内容） ソムリエを招き、世界各国のワインのテイスティングとそれに合うおつまみを試飲、試食しながら、楽しくワインについて学んでいきます。</p>	11月・3月 2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
30 【若いシニア世代のための講座】 ネイルケア・ カラーリング入門	<p>（目的） ネイルは若い人のものと思いませんか。興味があるけどできないことに、チャレンジします。</p> <p>（内容） 爪の構造やネイルケアの基礎を学び、楽しく美爪になりましょう！</p>	5月～7月 3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
31 【若いシニア世代のための講座】 認知症サポーター 養成講座	<p>（目的・内容） 神奈川区の推進する認知症サポートの取組みをうらしま荘でもお手伝いをします。近隣のケアプラザから講師を招き、認知症の理解や認知症の人の接し方などを学びます。</p>	11月 1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
32 【若いシニア世代のための講座】 介護の基礎知識	<p>（目的） 実際介護とはどういったものなのか。基本的な知識を身につけることで、いざという時に備えます。</p> <p>（内容） 近隣のケアプラザから講師を招き、介護の基本的な知識について学びます。</p>	10月 1回

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
33 【若いシニア世代のための講座】 うらしまホットサロン	<p>（目的） まだうらしま荘を利用したことがない方でも、ふらりと立ち寄って気軽に滞在できる空間を提供します。利用者間のコミュニケーションを図り仲間づくりを応援します。</p> <p>（内容） ロビー内で情報交換のおしゃべりや趣味を共有できる出入り自由のサロンを設置し、定期的に手工芸などのミニ講座を開催します。</p>	4月～3月 12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
34 【趣味の空間】 グランドピアノを弾こう！	<p>（目的・内容） 会議室にあるグランドピアノを活用し、いつもとは違う特別なひと時を過ごします。一部屋、貸し切りで、思いっきりグランドピアノを弾く機会を提供します。お一人様でもグループでも構いません。</p>	4月～3月 12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
35 【趣味の空間】 うらしま荘の屋上で太極拳をしよう！	<p>（目的・内容） 令和2年1月30日に改修工事が終了し、15年ぶりに使用できるようになった屋上で、利用団体である太極拳サークルを講師に、太極拳を体験します。高台にある立地を活かし、普段はなかなか見ることのできない景色の中で、気持ち良く、体を動かします。</p>	5月 1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数

老人福祉センター横浜市うらしま荘自主事業別計画書（単表）

（介護予防普及啓発事業）

団体名 特定非営利活動法人こらぼネット・かながわ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
1 【介護予防普及啓発事業】 座ってできる 体幹トレーニング	（目的） 介護予防普及啓発事業として実施。気軽に楽しくトレーニングして健康寿命を延ばすお手伝いをします。 （内容） 座りながらゆったりと体幹の筋力を鍛えることで、姿勢がよくなり、歩く能力の低下を防ぎます。当日、直接参加できる事業です。	4月～3月 24回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
2 【介護予防普及啓発事業】 フラダンス入門	（目的） 介護予防普及啓発事業として実施。フラダンスで姿勢の改善や体幹を鍛え、健康寿命を延ばすお手伝いをします。 （内容） ひとつひとつ意味のある振りやステップを覚えることで脳の活性化にも効果があります。	4月～3月 24回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
3 【介護予防普及啓発事業】 ①男性のための おとなヨガ ②女性のための おとなヨガ	（目的） 介護予防普及啓発事業として実施。ヨガをすることで、悩める体と心に活力を与え、健康寿命を延ばすお手伝いをします。 （内容） 呼吸を整え、自分のありのままの姿を観察し、精神を高めていきます。ゆったりした動きの中で、筋力アップができます。男性、女性それぞれに合ったヨガを学びます。	4月～3月 前期：12回 後期：12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数