

ワビバ！ 2月 3月号

しろやま

お問い合わせ

発行：城山地域包括支援センター
電話：042-783-0030
偶数月発行 Vol. 101, 2025

グリーンスローモビリティ（グリスロ）

若葉台地区
久保沢地区

このような車をご覧になったことはありませんか？
グリスロは若葉台地区で運行されているお買い物支援や
自宅から自治会館等への行き来にご利用されているバスです。
若葉台地区で運行が始まりましたが、久保沢地区でも試
行運転を始めました。

久保沢から出発して、アルプス城山店で1時間お買い物を
していただき、ご自宅前まで送ります。

グリスロは公道を時速20キロ未満での走行になるため、
交通量の多い国道、県道を避けることになり、運行対象地
域は久保沢1, 2丁目が中心になります。

試験運行では 毎週月・金曜日の9時～11時半で走行しています。費用は試験運行の
ため無料です。本格運行時には再度検討となっています。乗車定員は6名です。予約
が必要になります。

コース 行き：久保沢公園、久保沢自治会館、城山総合事務所（コース途中から乗車可）
帰り：乗車の方の自宅前まで ※若葉台は火・木・土曜日で走行しています。

ご相談ください！

運行 久保沢わかば号の会（仮称）
グリスロ若葉台の会

お問い合わせ・予約先
久保沢受付 090-8103-2126
若葉台受付 090-4165-0563



講座「認知症のお話」

日時：令和8年2月26日（木）14:00～15:00

会場：城山公民館 1階 大会議室

講師：総合相模更生病院 脳神経外科

相模原市 認知症疾患医療センター

センター長 杉谷 雅人 医師

内容：認知症のある人との暮らし、認知症の予防、
認知症の薬… などについてお話をします。

定員：80名

参加無料！



お申し込みは 城山地域包括支援センターまで

内容： **体力測定**

骨密度、血管年齢、血糖値測定

日時：2月2日（月） 13：30～

会場：若葉台自治会館

どちらも参加費無料！内容： **介護保険のお話**

日時：3月2日（月） 13：30～

講師：城山地域包括支援センター
センター長 林 多加史

会場：若葉台自治会館



お気軽にご参加ください！「個別無料相談会」15：00頃～

地域で働く看護師、薬剤師、リハビリ職、栄養士等に気になることを相談してみませんか？

「成年後見相談会」将来の手続きの不安、今できることを
相談してみませんか？

日時：2月18日（水）10：00～12：00

3月18日（水）10：00～12：00

（毎月第3水曜日 10：00～）

※相談は無料です。必ず申込をしてください。

内容：成年後見制度についての相談（1人約1時間）

講師：コスモス成年後見サポートセンター

松村信也行政書士

会場：城山総合事務所1階城山地域包括支援センター

認知症カフェ**「まんまるえがお」**

日時：2月4日（水）13：30～15：30

3月4日（水）13：30～15：30

（毎月第1水曜日 13：30～）

※参加は無料です！内容：歌唱、踊り、体操、脳トレ
ゲームなど。会場：そんぽの家城山、ハックルベリー
直接会場までお越しください

申し込み・お問い合わせは城山地域包括支援センターまで

地域ケア会議

地域の医療・介護事業所と商店と2月に交流会を開催します。顔の見える関係づくり
を通して、移送問題、訪問系サービスの駐車場問題について検討していきます。いきいき百歳体操
9か所で
実施中です！

町屋地区 毎週（月）9：30～10：30 町屋自治会館

久保沢地区 毎週（火）10～11：30 久保沢自治会館

原宿地区 毎週（火）10～11：00 原宿自治会館

城山地区 毎週（火）14～15：00 プロムナード

毎週（水）10：00～11：00 ライブラリ城山

城北地区 毎週（木）9：30～10：30 城北自治会館

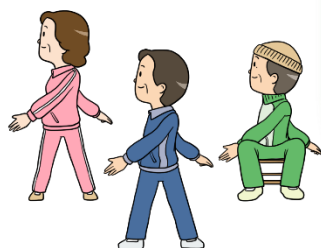
小倉地区 毎週（金）13：30～14：30 小倉自治会館

原宿地区 毎週（金）14～15：00 そんぽの家 城山

中沢地区 毎週（土）10～11：30 中沢自治会館

※お気軽体操 町屋 毎週（木）10～11：00 町屋公園

※ラジオ体操 城山 （土）以外 9～9：15 城山自治会館広場



百歳体操に参加したい方、新しく立ち上げたい方も募集しています！

まずは城山地域包括支援センターまでご連絡ください！