



つうしん 12月号 (78号)



予告 未来これから塾 新年☆特別版

【 コロナ禍やインフルエンザ流行時における感染症対策 & 緩和ケアについて 】

医療機関の感染症対策への取り組みや、日頃から自宅でもできる対策などをご紹介します。また医療機関のいろいろについてもお話しいたします。今回は新羽地域ケアプラザ協力医の医師と、地域医療に長年従事されている看護師とのスペシャルコラボです！

日時：令和3年1月16日（土）10：00～12：00

場所：新羽コミュニティハウス 2階

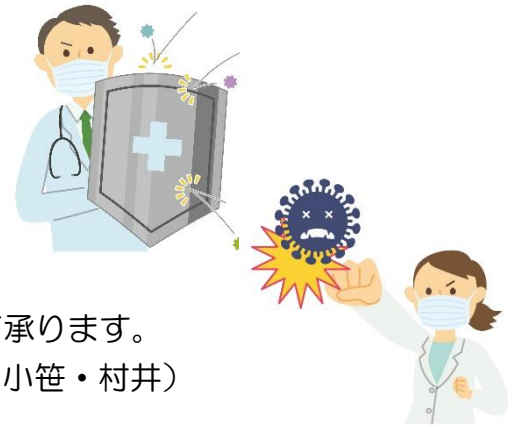
講師：加藤洋一 氏（新横浜かとうクリニック院長）

平野和恵 氏（横浜掖済会病院^{えきさいかい}看護師）

定員：30名（要申込・先着順）

<申込み> 令和2年12月16日（水）9：00～ 電話予約にて承ります。

<問合せ> 地域包括支援センター 045-542-7216 （担当：小笹・村井）



報告 老いを考える2日間 映画 「ぼけますから、よろしくお願ひします。」

11月7日・8日に開催しました「老いを考える2日間。」メインとなる映画上映会は、88名の方にご鑑賞いただきました。

映画は、認知症の方の不安や悲しみ、混乱、家族の葛藤を目の当たりにする一方で、親子や家族の日常に温まる場面も多く、「母に会いに行きたくなりました」「中高生にも見てほしい」等の感想をいただきました。その他、介護の経験談や個別相談といったプログラムを通じ、家族の介護、自身の老いについて考える良い時間となりました。

2階の資料展示コーナーでは「老いや認知症に寄り添って、自分らしく生きる」をテーマに、ケアプラザや地域の方々の様子や認知症にまつわる資料や絵本を紹介しました。

またサブエントランスでは、ひっとプラン健康づくり部会が育てている野菜の販売をし、さらにそのさつまいもを使って、地域の就労継続支援事業所「結（ゆい）」さんが作ってくださったスイートポテトも販売しました。

誰もが迎える「老い」について知り、住み慣れた場所で、いつまでも自分らしく暮らすことを、考え、感じた2日間。皆さからも「また企画をしてほしい」等、たくさんの嬉しい感想をいただきました。

展示資料の一部は12月末まで、館内2階でご紹介していますので、ぜひ見に来てくださいね！



映画 & 介護経験談



資料展示コーナー



食べて元気！
新鮮野菜

～ 地域包括支援センターより ～

ちょこっと健康情報 ～マスクによる皮膚トラブル予防～

例年に比べると今年はマスクをつける機会が増え、長時間の着用による“マスク荒れ”が増えているそうです。マスクをつけていると吐息の熱、蒸れでマスク内が潤っているような感じがしますが、外した直後に肌水分が一気に蒸発し乾燥が進みます。朝夜の洗顔後や肌のカサつきを感じたら、化粧水、クリームやオイルで保湿しましょう。お風呂上りにお口の周りに軟膏を塗り1～2分ラップするのも良いですよ！



地域包括支援センター村井・小笹

施設利用 予約会日程のお知らせ

毎月1日に行っていた予約会は、現在、電話・FAX・来館にて行っております。下記の日程をご確認いただき、お申し込みください。



予約会 月度		受付期間と時間帯	
		9:00～17:00	9:00～12:00
R.3	1月	12月25日(金)～27日(日)	※1月4日(月)
	2月	1月29日(金)～31日(日)	2月1日(月)
	3月	2月26日(金)～28日(日)	3月1日(月)

※12/28(月)～1/3(日)は
年末年始の休館日です。

<問合せ> 地域活動交流

TEL 045-542-7207

新羽地区・北新横浜の未就園児・子育てサロン

たんぽぽにっぽ

日にち：12月 8日
12月22日

時間：第1部 10:00～11:00
第2部 13:00～14:00

会場：新羽地域ケアプラザ
定員：両日・各回共 12組 24名
対象：1才～

たんぽぽ きたにっぽ

日にち：12月21日
時間：10:00～11:30
会場：北新羽会館
対象：6ヶ月～

会えるのを
楽しみにしてるよ



いきいき Pick up!

元気なシニアを応援

にっぽ

えがお de お出かけ隊が、 自治会とクリ北にお邪魔しました！

背骨コンディショニングの講座が、新羽町自治会館(9/30)とクリオ新横浜北集会室(10/30)で開催されました。少人数での開催だったので、みなさんのびのびととても気持ちよさそうに体を動かしていました。やる前と後で体の動きの違いを実感し、自宅でも続けられるよう熱心に講師の話聞いて帰りました。



横浜市新羽地域ケアプラザ・コミュニティハウス

〒223-0057 横浜市港北区新羽町1240-1

TEL: 045-542-7207(代表) 045-542-7216(相談)

FAX: 045-531-7011

※毎月第4月曜日と年末年始(R2年12月28日～R3年1月3日)は休館日となります。
<交通案内>

◆市営地下鉄「新羽駅」徒歩2分

◆市営バス41系統、東急バス綱72・74系統

「新羽駅」下車徒歩2分

※駐輪場がございません。駐車場は台数に限りがございます。

【ホームページ】 【フェイスブック】



今月の休館日

12/28
(月)