



新春のご挨拶



社会福祉法人 横浜共生会

理事長 村松 紀美枝

新しい年を迎え、ひとことご挨拶を申し上げます。
昨年は、新型コロナウイルスの感染拡大が世界中を襲い、今もその渦中にあります。

私たちの予想を超えた感染拡大の影響で、自粛を心掛け、三密を避け、マスクや手洗い、消毒といった感染予防対策も、この約一年の間に否応なく身につけていきました。

新たな年の初めにあたり、今年は、どんな年になるのか心配は尽きませんが、一日も早く新型コロナウイルスの流行が収束し、かつての毎日が戻ることを祈るばかりです。

新型コロナウイルスがもたらした様々な社会的影響は、感染症による直接的な影響だけではなく、経済や人々の日常生活にまで及び、誰でも少なからず困難を抱えることとなります。こんな時だからこそ、地域の皆様が様々な困難にぶつかったときに、少しでも役に立つことが出来るよう、『地域と共に生き、育ちあふ』という理念のもとに、様々な連携や支え合いを行ってまいります。

本年も地域の皆様と共に、安全で安心な地域の発展のために、微力ではありますが貢献してまいりたいと存じます。皆様のご健勝を祈念し、本年も何卒よろしくお願い申し上げます。



事業報告

新吉田地区保健活動推進員 保健福祉セミナー 自律神経と免疫についての勉強会

11月24日(火)、新吉田地区保健活動推進員のみなさまと「自律神経と免疫についての勉強会」を開催いたしました。例年は地域の方々向けに保健福祉セミナーを開催しているのですが今年はコロナ禍ということで、広く募集は行わず保健活動推進員の方々の勉強会といたしました。感染症にかかりにくい身体になるためにできることを考えながら、自律神経や免疫についての話を保健師が行いました。これからも地域の方々の健康のために保健活動推進員のみなさまと活動していきたいと思っております。



事業報告

港北区生活支援コーディネータ連絡会主催 シニアボランティアポイント研修会

11月27日(金)、区内のケアプラザと港北区社会福祉協議会、港北区役所が協力して「シニアボランティアポイント研修会」を高田地域ケアプラザにて開催いたしました。この制度は、65歳以上の横浜市民がこの研修を受け、市内の対象施設で活動すると、1回200ポイントが付与され、年間8000ポイントまで1ポイント1円で換金できる制度です。コロナ禍で活動に制限はありますが、できる範囲で多くの方にたくさん活躍していただければと思います。





～マスクの中でも笑顔で～

2020年はコロナウイルスに始まりコロナウイルスに終わる1年でしたね。

そして、2021年も終息の兆しがなく先の見えない不安の中で始まります。常にマスクをしている生活は今までにない経験であり、これからも続きそうですが、そんな世の中だからこそ、マスクの中でぜひ笑顔を作ってみてください。笑顔になると、免疫にかかわる細胞が活性化し、免疫システムのバランスを整える効果があると言われています。そして笑顔は自分も周りの人も幸せな気持ちにしてくれる素敵なものです。

私たち地域包括支援センター職員一同も、マスクの下では「笑顔」で今年も頑張っていきたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

連絡先：新吉田地域包括支援センター 593-5691（中西・中原・田村・小川）



お仲間募集

しっかり体を動かして、いつまでも元気に過ごしませんか？講師のリードで楽しく体操をしています。広い部屋で感染予防にも気を付けています。どなたでも、お待ちしておりますので、是非見学にいらしてください！

会場：新吉田地域ケアプラザ

時間：10:00～11:30

開催日：毎月第1・2・4金曜日

参加費：1か月2000円

連絡先：新吉田地域ケアプラザ

ふきのとう



自粛期間で弱った足腰の筋力も、活動を再開してから回復しました！一人では続かなくても皆で行うので頑張れます！



イベントのお知らせ

※感染状況拡大等により中止や変更の場合もあります。



成年後見無料相談会

日程：2月13日（土）

時間：13時30分～15時30分

（1組30分程度 事前予約制）

会場：新吉田地域ケアプラザ

申し込み：定員になり次第受付終了。

コスモス成年後見サポートセンターの行政書士による「成年後見」「遺言」「相続」の無料相談会です。高齢や障がいによって判断力が低下すると、預貯金の管理や介護契約などで不安が生じます。そんな時にどのように成年後見制度を利用したらよいのかなど相談にのってくれます。

出張相談会・高齢者の住まいについて講座

日程：2月19日（金）

時間：10時～12時

会場：あすなろ会館

港北区新吉田東7-2-3

参加費：無料

内容：高齢者の住まいについて知ろう～基礎編
介護の相談会（11時頃～）

相談会に参加希望の方のみ事前にご連絡ください。

「高齢者の住まいについて知ろう～基礎編」では、特別養護老人ホームや有料老人ホームなど高齢者が暮らす場所の特徴などをお話します。

粋な男の料理教室

日程：3月10日（水）

時間：10時～12時

会場：新田地区センター 料理室

参加費：500円（材料費）

対象：男性

講師：小澤早苗 先生（管理栄養士）

持ち物：エプロン・三角巾・マスク

申し込み：先着6名（2月1日～）

感染予防に気をつけながら、料理を楽しみ栄養について学びたいと思います。今回は「野菜たっぷりサンドイッチ」と「甘くておいしいフルーツサンド」を作ります。

介護者のつどい

日程：3月11日（木）

時間：13時30分～15時30分

会場：新吉田地域ケアプラザ 多目的ホール

参加費：苺玉作りの材料費 1000円

茶話会 無料

対象：介護をされている方・介護経験のある方

内容：①苺玉作りでセルフリフレッシュ
（13時30分～）

②茶話会（14時30分～）

※①と②どちらかの参加でも可

申し込み：先着10名

（2月5日～3月3日の間に申し込み）



新吉田地域ケアプラザ案内

〒223-0056 横浜市港北区新吉田町6001-6

TEL:592-2151 FAX:592-0105

ホームページ <http://www.y-kyousei.or.jp/sinyoshida/>

ブログ <http://ameblo.jp/sinyoshida-11/>