

新吉田地域ケアプラザ てっぺんひろば



2021年2月1日発行
第223号
横浜市港北区新吉田町6001-6
発行責任者：津國久美子



地域情報 ▶

新吉田地区子育てサロン

よしだっこ

12月10日（木）、新吉田地区子育てサロン「よしだっこ」でクリスマス会が行われました。当日は、たくさんの親子が参加され、工作や手遊び・パネルシアターなどを皆で楽しみました。最後は地域の方の愛が詰まったクリスマスプレゼントが手渡され、お母さんもお子さん大喜びでした。

【よしだっこ】

日時：毎月第2木曜日10:00～11:30

場所：中央町内会館

【フリースペースよしだっこ】

日時：毎月第3木曜日10:00～11:30

場所：新生町会館

※開催についての詳細はHPをご確認ください。



よしだっこ HP



地域情報 ▶

新吉田地区・新吉田あすなろ地区

さがしてネット模擬訓練中止のお知らせ



さがしてネット
メール受信登録用
バーコード



新吉田地区、新吉田あすなろ地区では「さがしてネット」という取り組みをしています。認知症によって迷い、ご自宅に帰れなくなっている高齢者等の情報をメールでお知らせし、地域の皆様が気にかけて下さることで、できるだけ早く安全にご自宅に帰られるのを目的としております。例年、模擬訓練として、道に迷った方がいることを想定して模擬訓練を、おこなっているのですが、今年はコロナ禍ということで模擬訓練は中止となりました。さがしてネットの取り組みは継続して行っておりますので、新しくメール受信にご協力を頂ける方は、左記のバーコードを読み込んで登録をお願いします。



ケアプラザ情報 ▶

Wi-Fi 利用について

当ケアプラザでは、多目的ホールとボランティアルームに Wi-Fi の設備環境を整えました。新しい生活様式に対応した取り組みとして、オンラインによる講座や会議等を開催できるようにしたものです。貸館利用団体の皆さまで活動の中でネット環境を活用した取り組みをされる予定の団体の方は、ケアプラザ職員までお問合せ下さい。



《多目的ホール》



《ボランティアルーム》



回覧 ▶



地域包括支援センターより

～転倒事故の半数近くが「自宅」で発生しています～

年齢別では 75 歳以上の高齢者、性別では女性の転倒の割合が高くなっています。また、転倒すると通院や入院が必要となってしまう事態になりかねません。

転倒を予防するためには—

- ①適度な運動を続け、体の機能を維持する ②浴室や脱衣所に滑り止めマットを敷く ③寝起きや夜間のトイレ時、ベッドから起き上がる際は体勢を整え、一呼吸置いてから慎重に動き出す ④段差や階段に手すりや滑り止め、足元に照明を設置する ⑤電気製品のコードに引っ掛かる、床の新聞紙や段ボールに乗ってしまい滑る、カーペットやこたつ布団に引っ掛かる等を避けるために、床の通り道にコードがこない工夫や床に物を置かないなど床面をスッカリさせる ⑥スリッパをかかとのあるルームシューズに変えるなどの工夫がよいとのこと。

体の機能を維持すること、住環境を整えることが自宅での転倒予防と言えますね。

※参考資料 消費者庁公表資料（令和 2 年 10 月 8 日）

介護保険制度のご相談等、下記連絡先にて受け付けております。

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 ▶ 粋な男の体操サークル



新しい仲間が増えるのを、皆で待っています。まずは気軽に見学に来てください！

粋な男になることを目標に、ストレッチや筋トレ、頭の体操も取り入れています。男性同士で気兼ねなく自分のペースで活動が続けています。感染予防も気をつけて換気や、マスクをつけながらの活動ですが、一緒に粋な男を目指す仲間をお待ちしています。見学お待ちしております！

会 場：新吉田地域ケアプラザ

時 間：10:00～11:30

開催日：毎月第3木曜日・第4水曜日

参加費：1 回500円



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。



子育てフリースペース

はぐピョン

はぐピョンは未就学の子どもと保護者のためのフリースペースです。ボランティアさんによる楽しいおはなし会も用意しています。是非遊びに来て下さい！

毎月第2月曜・第4木曜
10時～13時

※12時より別室で昼食を食べることも出来ます。

2月8日 ミニおはなし会

2月25日 ミニおはなし会

3月8日 ミニおはなし会

3月25日 ミニおはなし会

12月24日は、クリスマス会を行いました。今年のクリスマスプレゼントはツリーの形をしたオーナメントで、お母さんからも「可愛い！」と好評でした。制限がある中でしたが、皆で楽しい時間を過ごすことが出来ました！



※感染予防対策の為、予約制となっております。



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

※電車、バスご利用の場合

東急東横線「綱島駅」より
2番乗り場（綱島71系統）から
「勝田折り返し所」行きバス乗車
「神隠」下車 徒歩5分

※車ご利用の場合

第三京浜都筑インター新吉田出口すぐそば
駐車場あり（台数には限りがあります）

ホームページ <http://www.y-kyousei.or.jp/sinyoshida/>
ブログ <http://ameblo.jp/sinyoshida-11/>

