



地域情報 ▶

新吉田地区民生・児童委員協議会 認知症サポーター養成講座

2月19日（金）、新田地区センターで新吉田地区民生・児童委員協議会で認知症サポーター養成講座を開催しました。今回は横浜労災病院の出張市民講座として、認知症看護認定看護師を講師にお招きし、認知症とは、その接し方について学びました。スライドを使ったわかりやすい説明に、第2回の開催の要望の声上がる等、とても良い勉強会となりました。



事業報告 ▶

粋な男の料理教室



3月10日（水）、新田地区センターと共催の「粋な男の料理教室」を開催いたしました。感染予防の観点から開催が危ぶまれておりましたが、参加人数の制限、ご自身で作ったものをその場で試食せず持ち帰るスタイルに変更して開催いたしました。今回はフルーツサンドと野菜サンドを作り、彩良く、ボリューム満点のサンドイッチに、いつもより少数人数でしたが、その出来映えを互いに称え合い楽しい時間となりました。



事業報告 ▶

介護者のつどい

3月11日（木）、新吉田地域ケアプラザにおいて「介護者のつどい」を開催いたしました。今回は、介護者のリフレッシュとして“こけ玉作り”を前半に行い、土を丸めて苔を張り付ける集中した時間を過ごすことができました。後半の茶話会は、自宅での排泄ケアの難しさを共有し、意見交換をすることができました。次年度は茶話会中心の企画となり、お話を聞く時間を多くとることを考えております。介護をされている方のご参加をお待ちしております。





～拡張話法で盛り上げましょう～

何気ないおしゃべりも、脳の活性化につながります。しかし、おしゃべりをしようと思っても、話のネタがなかったりして、なかなか会話が続かない場合があります。そんな時には拡張話法を使いましょう。拡張話法とは「感嘆、反復、共感、称賛、質問」を上手に使う会話方法です。人は自分への関心が強く、自分のことを理解して欲しいものです。その為、自分を理解してくれる人に好意を持ちます。つまり、会話が上手な方とは、聞き上手な方が多いと言われています。例えば、明石家さんまさん、桂三枝さん等が、この拡張話法を上手に使っています。盛り上げるポイントは感嘆や共感、称賛を大げさと思われるほど大きく使うことです。明石家さんまさんは後ろにひっくり返りそうになるほど感嘆するので、相手の方が喜び、自然に会話が盛り上がります。「へえ～」「私もそう思う」「やっぱり～さんはすごいね」等、会話のキャッチャーになることで、会話を盛り上げるだけでなく、人間関係も良好になります。また、拡張話法を意識して会話の聞き役になることで、話のネタがなくても、会話のキャッチボールが続きます。ただし、拡張話法はとても疲れるので、使う相手は自分が良好な人間関係を作りたい方だけにしましょう。

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）



イベントのお知らせ



出張相談会 & 出張講座

ケアプラザ職員があすなろ会館に出向き、地域の方向けに出張講座を開催します。講座のあと希望者の方のみ個別相談もお受けいたします。

【日程】

- 第1回令和3年4月16日（金）
「高齢者の住まい」
- 第2回令和3年7月16日（金）
「コグニサイズ（認知症予防体操）」
- 第3回令和3年10月15日（金）
「ハマトレで体操！」
- 第4回令和4年1月21日（金）
「コグニサイズ（認知症予防体操）」

時間：14：00～15：00
会場：あすなろ会館
参加費：無料（事前申し込み制）
対象：どなたでも
※前日までにお申し込みください。



介護者のつどい

令和3年度は介護者の茶話会を行います。介護の相談や他の介護者の方たちとおしゃべりをしながらお茶とお菓子で気分転換をしませんか。

【日程】奇数月 第2木曜日

- ・5月13日（木）
- ・7月8日（木）
- ・9月9日（木）
- ・11月11日（木）
- ・1月13日（木）
- ・3月10日（木）



茶話会の様子

時間：13：30～14：30
会場：新吉田地域ケアプラザ
参加費：無料
対象：介護をしている方・経験のある方
※前日までにお申し込みください。



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

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

※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）

