

新吉田地域ケアプラザ てっぺんひろば



2022年9月1日発行
第242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

▶ 新吉田地区社会福祉協議会 夏休み福祉体験

7月25日(月)・26日(火)、新吉田地区社会福祉協議会主催の「夏休み福祉体験講座」が開催されました。この講座は小学校3年生～高校3年生を対象にした講座で、25日は車いす体験とDVDによる『こことも』さんの人形劇の鑑賞とお話、26日は手話講座をそれぞれ行いました。

地域には、様々な方が一緒に生活していること、また普段から隣近所の方と挨拶を交わすことで、もしもの時にお互いを助け合える関係性になれるかもしれないというお話が印象的でした。

今回の経験が、相手の立場になって考える「配慮」や地域で困っている方がいた時にどうしたらよいかを考えるきっかけになったのではないかと思います。



車いす体験 & 「こことも」さんのお話



手話講座



地域情報

▶ まちの縁側「そよご」



毎月第4木曜日に「まちの縁側 そよご」が横溝酒店近くの個人宅のお庭で開催されております。この活動は、ちょっと立ち寄って、おしゃべりやお茶を楽しめる、ひと昔前の縁側のような場所を目指して開催されているとのこと。7月はボランティアも含めて6名のメンバーで囲碁やクラフトを楽しんでいるところにお邪魔いたしました。手作業に夢中になりながらも、お話が弾み、とても元気になれる居心地よい活動でした。この日は活動に関心を持たれた篠原地区の方も見学にいられていました。このような素敵な活動が広がったら嬉しいと感じます。



地域情報

▶ 新吉田納涼フェスティバル

7月30日(土)、新吉田地区の「新吉田納涼フェスティバル」が新田小学校校庭で開催されました。新型コロナウイルスの感染拡大で3年ぶりの開催となった今回は、入り口でのアルコール消毒の他、飲食の屋台やアルコール飲料を制限して、感染予防に気を配りながらのお祭りとなりました。それでも、久しぶりのイベントに、ゲームなどのブースには子どもたちが集まり、時間とともに会場もにぎやかになり、大変にぎわったお祭りになったようです。コロナ禍、制約が多い日々ですが、色々な活動が再び活発にできることを楽しみにしております。



回覧 ▶



～お散歩時の簡単・効果的な熱中症対策について～

まだまだ暑い日が続きますが、でも家に閉じこもりっぱなしでは、体力・気力が落ちてしまいます。初秋の涼しい時間帯にお散歩に出かけることを、是非お勧め致します。ただし、熱中症対策が引き続き必要ですので、次をご参考にしてください。

あがった体温を効果的に下げるには、手のひらを冷やします。実は手のひらには、AVA（動静脈吻合）という“体温低下機能”があります。AVAとは動脈と静脈を結ぶバイパスのような血管で、普段は閉じています。ところが体温が高くなってくるとAVAが開通し、一度に大量の血液を通します。そうすることで熱が放出され、冷えた血液が体に戻っていきます。

また手のひらを簡単・効果的に冷やすには、冷えたペットボトルを手で持ちます。保冷剤など冷たすぎる刺激だとかえってAVAが閉じてしまう可能性があるため、冷蔵庫から出してしばらく時間がたってAVAを最も効果的に働かせる15℃ほどが最適です。さらに、ペットボトルの中身を飲めば、水分補給もできますので、ペットボトルはとても有効です。

NHK 健康チャンネルより

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



事業報告 ▶ 出張講座 & 相談会



7月15日（金）、あすなる会館にて「出張講座&相談会」を開催いたしました。今回のテーマは「高齢者の住まい」という事で、高齢期に活用できる入所型の施設の特徴や利用できるお身体のご状態などをご説明いたしました。今回は、参加人数も少なかったこともあり、個別相談のようなスタイルでお話を進めることができ、住まい以外のお困りごとや心配事にもお答えすることができました。

【次回】10月21日（金）14:00～ あすなる会館
コグニサイズ（認知症予防運動）を行います。
事前申し込みをお願いします。



ケアプラザからのお知らせ



エレベーター改修工事

7月8日～15日の間、新吉田地域ケアプラザでは、27年間使用しているエレベーター改修工事が行われました。その間、地域の方やデイサービスのご利用者様には、階段を使用して頂いたり、階段昇降機での移動にご協力頂きました。皆様怪我もなく、新しいエレベーターを使える日を迎えることができました。ご協力ありがとうございました。



福祉保健に関する相談時間の 変更について

日中の相談支援の充実・強化のため地域ケアプラザの夜間の利用方法が変更になります。これまで夜間帯に勤務していた職員が、日中勤務することで、相談支援の充実や地域のみなさまとの連携強化を目指します。

【福祉保健に関する相談時間変更】

令和4年9月まで	→	令和4年10月～
月～土：9～21時		月～土：9～18時
日・祝：9～17時		日・祝：9～17時

※相談時間以外の相談電話は、看護師等が対応するコールセンターに転送対応いたします。お部屋の貸し出し等に関するお電話は、日中のご連絡に、ご協力お願いいたします。

※夜間のお部屋利用希望の方は事前にご予約下さい。現在、新型コロナウイルス感染症対策の観点から、月～土の夜間の利用予約がない場合は、18時閉館となる場合があります。

「共生まつり」中止のお知らせ

今年度の「共生まつり」の開催は、協議の結果、中止となりました。お祭り内容の変更も検討いたしましたが、今年度も難しいとの判断となりました。みなさまのご理解を賜りたく存じます。



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