

新吉田地域ケアプラザ てっぺんひろば



2025年8月1日発行
第277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・新吉田あすなろ地区 ひっとプラン推進会議

新吉田地区は6月20日（金）、新吉田あすなろ地区は6月28日（土）にひっとプラン推進会議が開催されました。ひっとプラン推進会議は福祉保健の取り組みについて検討、推進する会議で、地区ごとの開催の他に各区や横浜市の圏域としても開催されます。地区計画は次年度より第5期に入るため、今年度は第4期の取り組みの振り返りと次年度の計画をどのように進めていくかについても話し合っています。

これまでの取り組みを大切にしつつも新たな取り組みが検討されており、心強く感じております。



地域情報

ボランティアグループ ほっと新吉田報告&交流会

6月21日（土）、ボランティアグループ「ほっと新吉田」報告会&交流会が行われました。報告会では昨年度の取り組みや会計の報告がされました。最近では草刈りの依頼が多く、活動する側も暑い中で熱中症にならない為に塩分補給のタブレットを準備したり、こまめに水分補給を行うなどの安全対策についての報告がありました。交流会では新吉田地域ケアプラザ・デイサービスの相談員が認知症予防の為に運動「コグニサイズ」を披露し、参加された皆さんと一緒に頭と身体を同時に使う体操等を行いました。これからもみなさまにいつまでも元気に活動を続けていただけたらと思います。



地域情報

5町会合同企画 ファイブたなばた

7月12日（土）、「ファイブ七夕まつり」が開催されました。このお祭りは新吉田地区・新吉田あすなろ地区の5町内会（新生町内会・東町会・新吉田いつな町内会・南町会・新和会）が協力して行っているものです。射的やおかし釣り、マジックショーなどのお楽しみ 외에도、ピザやフランクフルト、かき氷などの出店もあり、会場は大勢の親子で賑わっていました。また、各会館の前には、立派な笹が掲げられ、様々な願い事が書かれた短冊が色とりどりの笹飾りと共に飾られていました。

暑さも幾分か和らいだ日でしたが、地域の方の活気のある声とたくさんの笑顔が見ることが出来、参加していて温かい気持ちになりました。



回覧

～熱中症にご注意を～



地域包括支援センターより

早々に酷暑がやってきてしまったこの夏です。気を付けていきたいのが熱中症です。初期の段階である「かくれ脱水」に気づかない状態のまましていると、いつの間にか熱中症となってしまいます。毎日、簡単な自己チェックしてみてもいいでしょうか？

★脱水症のサイン

- ・手の甲をつまんでみる。→皮膚が戻るまでに2～3秒かかる。
- ・指の爪の先を押してみる。→赤みが戻るまでに3秒以上かかる。
- ・普段よりトイレに行く回数が少ない。→尿が濃い色をしている。

★熱中症対策

- ・エアコンや扇風機を上手に活用する。
- ・こまめに水分補給。
お食事の時、入浴時、就寝前、夜間トイレに起きた際等その都度コップ1杯程度の水分を摂る。たくさん汗をかいた後は塩分補給も大切です。
- ・栄養バランスの良い食事を摂る。
- ・睡眠や休憩も大切で、無理をしないように心がける。

※熱中症は室内でもおこります！気を付けて酷暑を乗り切りましょう！

連絡先：新吉田地域包括支援センター 593-5691

新吉田地区



地域情報



保健活動推進員勉強会



6月27日（金）、新田地区センター余暇コーナーにて、新吉田地区保健活動推進員さんの勉強会が行われました。保健活動推進員のメンバーで看護師の資格を持っている伊藤知加子さんに、日常生活の中で気になっているのだが、なんとなく聞き辛い身体の困りごとや質問をし、伊藤さんがご自分の経験を交えた話でお答えをしました。和やかな雰囲気です笑い合いながら有意義な時間を過ごしました。



事業報告



丘の上の音楽会 VOL. 44

～サンバとボサノヴァの風に乗せて～

7月13日（日）、丘の上の音楽会を開催しました。今回は、Boa tarde（ボアタールチ）の皆さまにご出演いただき、「イパネマの娘」「マシュ・ケ・ナダ」など9曲を演奏して下さいました。ノリの良い曲と楽しいトークに地域の皆様も大変喜ばれていました。アンコールで披露して下さいたポルトガル語版「花は咲く」では、涙を流している方もいら

っしゃり、今回も地域の皆様と音楽を通して感動を共有することが出来たことを嬉しく思います。次回も会場でお会いできることを楽しみにしています。



避難誘導訓練

6月26日（木）、調理室から火災が発生した想定で避難誘導訓練を行いました。火元の確認・初期消火・避難誘導・点呼などの避難誘導の一連の動きを再確認しました。初期消火では、施設内の消火器を素早く集められるように設置場所の確認を改めて行いました。実際に避難が必要になった時に、皆様が素早く無事に避難が出来るように引き続き避難誘導訓練を続けてまいります。



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）



ケアプラザは福祉保健の相談窓口です。ご相談をご希望の方は、事前にご連絡ください。お約束の時間に、相談員がお待ちしております。ケアプラザ職員がご自宅に訪問することもできます。



ホームページ



公式LINE