

「住んでよかった！」 みんなが思える まちづくり

# さくらだより。

平成25年 1月

今年もケアプラザを宜しくお願いいたします。

## 第6回 認知症 ミニ講座

恒例になりました認知症ミニ講座を開催致します。

例年席が足りなくなるため、今年は会場を上倉田地域ケアプラザに移して行います。

認知症について正しい知識を身につけませんか？

参加費 無料

日 時:平成25年**2月21日**(木)

**13時30分～15時45分**(受付**13時**～)

場 所:横浜市上倉田地域**ケアプラザ**

定 員:**30名**

講 師:**水野 友裕** 氏 (グループホーム「マナーハウス南横浜」社長)

内 容:認知症の理解や具体的な対応

グループホームの説明(生活の様子など)

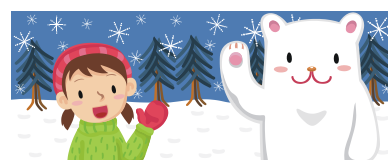
いつ、どんな状態になったら入所を考えればいいのか

申込期間:平成25年2月2日～20日まで電話にて先着順

受 付:上倉田地域**ケアプラザ** 865-5700

グループホーム マナーハウス南横浜

横浜市上倉田地域包括支援センター 共催事業



# 「発達障がいって知っていますか？」12」報告

とつかハートフランチ報告

～住んで良かった、みんなが思えるまちづくり～

前年度大反響いただきました「発達障がいって知っていますか？」の講演会を

今年度は平成24年12月15日（土）、地域会議室にて開催いたしました。

雨の寒い日でしたが、100名を超える参加をいただきました。



講師には社会福祉法人 横浜やまびこの里 東やまた工房/東やまたレジデンス施設長の関水実氏をお迎えし、幼少期～青年期までの発達障がいについて学びました。

「事例があり、分かりやすかった」、「障がいの有無に関わらず、子育てで大切なことが学べた気がします」などの感想の他、次回を望むたくさんの声をいただきました。

今年度も近隣の小・中学校、PTA、自治会町内会、地区社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会、関係機関の方々など多くの方のご協力をいただき開催することが出来ました。

紙面の都合上お名前の記載は割愛させていただきますが、厚く御礼申し上げます。

## 思い出や趣味の作品を本にしてみませんか？

# 本づくり講座



旅行の思い出や写真、物語や自分の句を一冊の本にしてみませんか？

皆様のご要望をいただき、今年も開催です。先生が丁寧に教えてくださいます！

日時：**平成25年3月3、10、24日(日)10時～**

会場：上倉田地域ケアプラザ 多目的ホール

講師：末岡 恵実 先生

日程：1日目→製本について&内容を考えよう

2、3日目→製本

対象：どなたでも！ **15組**

参加費：一人500円（予定）

持ち物：筆記用具

申込：**平成25年2月2日(土)10時～先着順にて**

申込先：045（865）5700 地域活動交流まで



# インフルエンザに注意！

横浜市内は現在、インフルエンザが流行期に入っています！

以下に注意をして、ウィルス感染を防ぎましょう。

**インフルエンザ**…おもに空気感染で人にうつります。

感染してから熱が下がって症状がおさまっても、2日は感染力があります。自宅療養しましょう。

**ノロ感染症**…おもに経口感染で人にうつります。

ノロウィルスに感染した人の嘔吐物や便からさらに感染が拡大します。また一度感染しても再度感染することもあります。

栄養・水分

安眠・睡眠




室温 18~20℃  
湿度60%  
1時間に1度の換気を

インフルエンザ  
にかかったら！



嘔吐物・便に注意

**どちらも食事前、排泄後のうがい、手洗いは特に大切に！**

1. 石けんを泡立て、手のひらをこする	2. 手の甲をこする (指先迄)	3. 指先、爪の間をこする
		
4-1 親指を捻るようにこする	4-2 他の指も同じ様にこする	5 手首をこする
		
6 水道のカランも石けんのついた手でこする	7 流水で手、カランを洗い流す	8 清潔なタオルでよく拭く
		

横浜市保健所・区福祉保健センター 感染性胃腸炎（ノロウイルスなど）について 手洗いの方法より抜粋  
( <http://www.city.yokohama.lg.jp/kenko/hokenjo/genre/kansensyo/pdf/tearai2.pdf> )

自分が感染しないように、周りの人を感染させないように気をつけましょう！

# デイサービスだより

今月は、フラワーアレンジメントや年賀状づくりを行いました。  
アレンジメントでは飾る場所や、プレゼントする相手を想像しながら  
楽しんでアレンジしていらっしゃいました。

年賀状は紙すきから行いました。温かみのある素敵な年賀状が、たくさん出来上がりました。



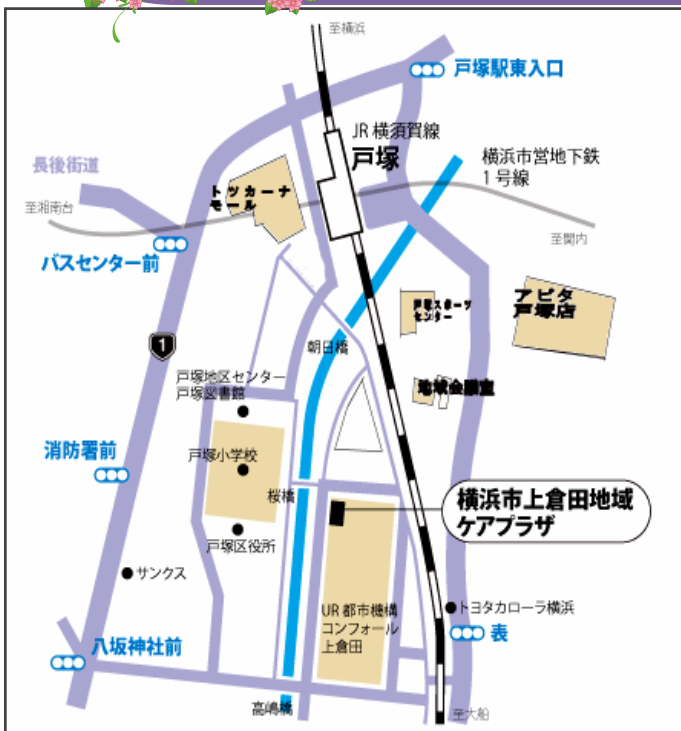
デイサービスでは、ボランティアさんを募集しています。レクリエーションや業務の補助、利用者様とお話していただける方をお待ちしています。

時間は10時～16時のうち都合のよいお時間で利用者様のお話し相手、入浴後のドライヤーかけ、お茶出し、外出レクリエーションの参加など。

電話 045-865-5700 担当 亀島・橋本

ヨコハマいきいき  
ポイント対象

## ケアプラザ案内図



～お申込・お問い合わせ～  
横浜市上倉田地域ケアプラザ

横浜市戸塚区上倉田町 259-11  
電話：045(865)5700  
相談用：045(865)5701  
FAX：045(865)5711  
E-mail：[kamikurata@hirakukaicp.or.jp](mailto:kamikurata@hirakukaicp.or.jp)

地域ケアプラザは、様々な住民の暮らしやすい生活を支援する地域の福祉施設です。

ケアプラザには、福祉保健相談窓口があります。住民の方の生活がいきいきするような講座を行ったり、高齢の方が利用するデイサービスや、介護保険に携わるケアマネジャーがいます。これらの機能が連動して、地域に住む様々な方への支援を目指します。

さくらだよりは、下記のHPでも見る事が出来ます。

[http://www.hirakukaicp.or.jp/careplaza\\_kamikurata/index.html](http://www.hirakukaicp.or.jp/careplaza_kamikurata/index.html)