

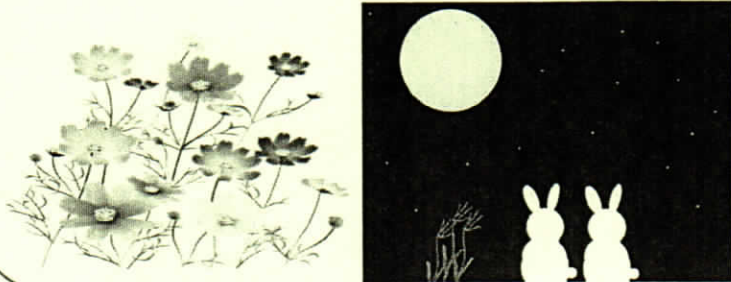
# プラぶら通信

平成26年9月1日発行 第10号

社会福祉法人 緑成会  
横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ  
〒225-8530  
横浜市青葉区新石川2-1-15  
たまプラーザテラス リンクプラザ4F  
TEL: 045-910-5211

社会福祉法人 緑成会

検索



## 「地域ケア会議」を開催しました

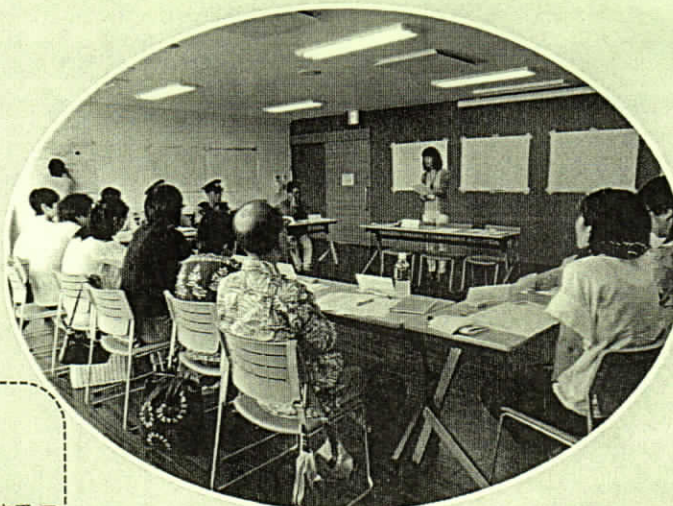


ホームページ

横浜市たまプラーザ地域ケアプラザで2回目となる「地域ケア会議」を7月30日(水)に開催しました。

今回の「地域ケア会議」には、地域にお住いの方・民生委員・老人会役員・医師・たまプラーザ駅前交番の警察官・介護支援専門員・青葉区役所職員等やケアプラザの職員が参加し、「地域でのお困り事」について様々な意見を交わしながら、「どのように取り組んでいるか」「どのように解決できるか」等、具体的な解決に繋げる話し合いを行いました。

今後も必要に応じ、開催していきます。



～「地域ケア会議」の様子～

たまプラーザ地域ケアプラザにて開催

### 『地域包括ケアシステム』の

取り組みをすすめています！

☆「地域ケア会議」は、住み慣れた地域で誰もが安心して生活することができるよう、専門機関と地域の関係機関や人々が「地域の困り事」を「解決に繋げる」具体的な話し合いをする取り組みです。

### 認知症予防

## 「プラぶらっとカフェ」を開催中です



「おや？」と、  
思ったら・・・  
お気軽にいらしてください



《今後の予定》

9月26日(金)

10月24日(金)

「プラぶらっとカフェ」は、認知症の方やそのご家族の方も気軽に集える場。閉じこもりがちの方も気軽にいらしてみませんか。うたを歌ったり、お茶を飲んでおしゃべりをしたり・・・  
専門職の講話やラジオ体操の時間もあります。

※9月26日(金)は、『介護者のつどい』と共催します。

# ケアプラザ主催事業の



## ご案内



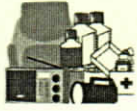
◎各事業のお問い合わせ・お申し込み先

電話 045-910-5211



◎各事業の会場：横浜市たまプラザ地域ケアプラザ

◎各事業チラシは、当ケアプラザに設置しています



## 減災セミナー



日時：9月8日(月) 13:00~14:30

内容：いざという時に備えた講話と実技

講師：日赤ボランティアリーダー 宮腰勝家氏

対象：どなたでも

定員：50名程度

無料

申し込み：必要(お電話または、窓口まで)

持ち物：2~3メートルの綿のロープ(お持ちの方)

## 敬老の日のギフトフラワー

日時：9月13日(土) 12:30~14:30

内容：敬老の日に贈るフラワーアレンジメント

講師：フラワーアレンジメント講師 堀川成子氏

対象：どなたでも(小学1年以下は保護者同伴)

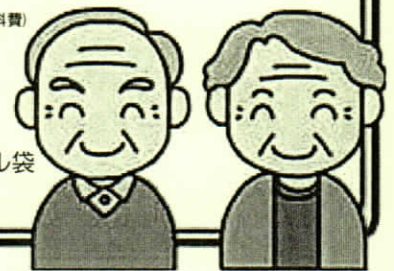
定員：20名(先着順)

参加費：1000円(材料費)

申し込み：必要

持ち物：花ハサミ・

手拭新聞紙・ビニール袋



子どもへのまなざし

## 発達凸凹のある子供たちへの 支援を考える講演会 “秋”

日時：10月6日(月) 10:15~11:30

内容：発達凸凹のあるお子さんがその子らしく安心して生活できるように周りの大人がどのように関わっていけばよいか等のアドバイス

と講演

講師：NPO あではで神奈川 理事長 篠山淳子氏

対象：発達凸凹のあるお子さんの親やその支援者

定員：15名程度

申し込み：必要

無料

## あおぼおもちゃのひろば @たまプラザ地域ケアプラザ チャレンジタイム

日時：9月10日(水)・10月8日(水)

10:00~15:00(12時~13時はランチタイム)

内容：発達に心配のあるお子さん、障がいを持つお子さんやご家族のためのおもちゃのひろばです。

定員：なし

無料



申し込み：不要です。お気軽にご来館ください。

## みんなで歌を歌う会

### たんぽぽ 秋

無料

日時：9月10日(水)

13:30~15:30

うた：正地伸子氏

伴奏：半澤尚美氏



### ブルーベルベット

申し込み：不要

### と一緒に歌おう

日時：10月29日(水) 13:30~15:00

うた指導：深澤茂行氏 伴奏：松下福寿氏

うた：女声コーラス ブルーベルベット

## 男のパン講座

2回継続

日時：10月5日(日)・19日(日)

10:00~13:00

内容：調理パン等の簡単なパンの調理と試食

講師：Mayumi's Baking room 隈元真由美氏

対象：男性

定員：10名(先着順)

参加費：各回300円(材料費)

申し込み：要(お電話または、窓口まで)

持ち物：エプロン・三角巾・お手拭き

☆コーンマヨネーズパン等を調理します



## おいがみであそぼう

無料

日時：10月4日(土) 9:30~11:30

内容：キティちゃん・トトロ・ふなっしー等  
リクエストをお聞きしながら折ります

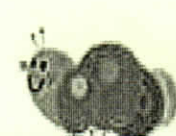
講師：折り紙ボランティア 高階幹夫氏

アシスタント：たまプラおりがみ隊

対象：どなたでも

定員：30名程度

申し込み：不要



《お知らせ》平成26年度後期受付(10月・11月開始分等)の事業の申し込みが始まります。

- ◆「おはなしごっこ 10~12月分」◎受付中(先着順) ※詳しくは、当ケアプラザまでお問い合わせください
- ◆「中高年の健康ストレッチ 10~3月分」◎9月8日~受付開始 TEL:045-910-5211
- ◆「りら~っくすヨカ<sup>火</sup>」◎9月16日~受付開始 ◆「りら~っくすヨカ<sup>金</sup>」◎9月19日~受付開始

### 協力医

街の小児科医からの  
お知らせ

横浜市たまプラザ地域ケアプラザ協力医  
青葉区医師会

有本小児科・内科 院長 ありもと ゆたか  
有本 寛 先生

### ~予防接種について~

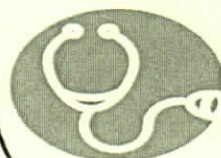
○特別な事情により定期期間内に定期接種を受けられなかった場合  
横浜市にて接種費用を負担する場合があります



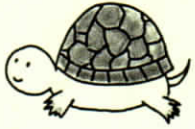
このような制度を利用して、あきらめないできちんと予防接種を受けてください。

《例》

ワクチン名	接種対象年齢(定期)		対応可能範囲
BCG	生後1歳未満		4歳くらいまで
麻しん風しん (1・2期)	I期	生後12か月~ 24か月未満	2期(年長相当)の 対象年齢になるまで
	II期	5歳~7歳未満で 小学校入学1年期の 4月1日~入学する年の 3月31日	小学校6年生くらいまで
二種混合	II期	11歳~13歳未満	15歳くらいまで



※詳細は、お住いの区役所健康づくり係に相談してください。



# 地域包括支援センター 便り

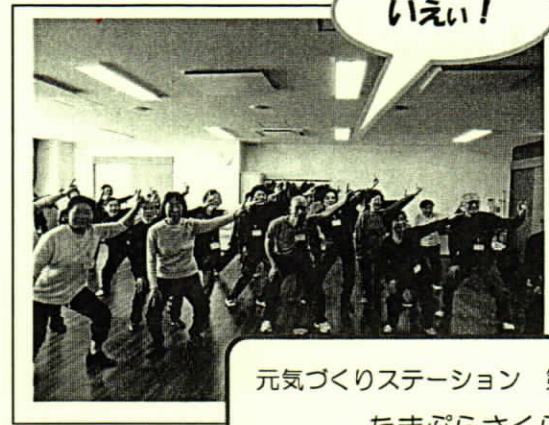


## 元気づくりステーションのある街へ

元気づくりステーションは、歩いて行ける身近な場所で、人とつながりながら、健康で生きがいのある暮らしを目指して、介護予防に取り組むグループです。

横浜市のあちこちで、体操、ピンポン、園芸、ノルディックウォーキングなど、様々な内容の元気づくりステーションが活動しています。地域包括支援センターでは、区の高齢者支援担当とともに、新たな元気づくりステーションの活動を支援します。

皆様のお近くに、元気づくりステーションが誕生するかもしれません。



元気づくりステーション 第1号  
たまぷらさくら会

～9月1日は防災の日～

## 減災してますか？



いつ起きてもおかしくない大地震や、この夏各地に被害をもたらした台風や豪雨。他人事じゃありません。

災害による被害をできるだけ小さくするため、日ごろからの備えや心がまえを減災行動といたします。

9月1日から一週間は防災週間です。ご家庭の減災対策を点検してはいかがでしょうか。避難場所や家族との連絡方法、家具の転倒防止や備蓄品・持ち出し品の確認など。青葉区では災害時お薬手帳が処方箋代わりになります。

災害支援・救助など「公助」はすぐには期待できません。自分の身は自分で守るという「自助」、家族や近所で助け合う「共助」が重要となります。

「天災は忘れたところにやってくる」

日ごろの減災対策で

「備えあれば憂いなし」へ！

介護予防！

誰でも気軽に

わがまちで



## 「地域包括支援センター」

介護・保健・福祉の専門職がチームとなって、高齢者および、その家族などからのお困り事に対し、助言・調整を行う総合相談窓口です。

地域の方が安心して生活できるようお手伝いいたします。



横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ

ご相談電話 045-910-5221

代表 045-910-5211

### ●開館時間

月～土曜日：午前9時～午後9時

日曜・祝日：午前9時～午後5時

### ●休館日 年末年始・第4月曜日