

あなたと優駿

発行日：令和3年 6月 25日

7月号
(318号)

社会福祉法人清正会
万騎が原地域ケアプラザ
所長 向井 園美
横浜市旭区万騎が原 4
TEL 362-1222

地域ケアプラザの貸室利用及び自主事業について

貸室利用及び各自主事業におきましては、「まん延防止等重点措置」にあたり、引き続き予防対策として参加者への体温確認やマスク着用、手指消毒、名簿への記載、三密を防ぐ取り組み等お願いしておりますので、ご協力の程宜しくお願い致します。



親子能楽体験会

親子で出来る能面作りと能楽についての簡単な説明、能楽体験等を行います。

【日 時】8月9日(月) 9:30~12:00

【内 容】能楽について、能面作り、能楽体験など

【講 師】能楽師シテ方観世流 安藤 貴康 氏

【対 象】小学生以上の子どもとその保護者

【持ち物】マスク・飲み物・タオル等

【場 所】多目的ホール

【定 員】8組(先着順)

【参加費】1000円(材料費込み)

【問合せ】地域活動交流 迄



出張ひろば in 南まきが原自治会館

感染予防対策の為会場を変更し、地域の自治会館をお借りして再開いたします。

「ひなたぼっこ」のひろばスタッフと楽しく遊びましょう！

【日 時】7月20日(火)10:00~11:30 (時間中の出入りは自由です)

以降、毎月第3火曜日午前中に開催 ※9月は祝日の為、休み

【場 所】南まきが原自治会館 (相鉄いずみ野線南万騎が原から徒歩5分)

【定 員】各回8組 (事前申込制です。詳細は「ひなたぼっこ」までお問い合わせください)

【対 象】未就学児とご家族

【持ち物】マスク・飲み物・タオル

【主 催】地域子育て支援拠点「ひなたぼっこ」

【共 催】万騎が原地域ケアプラザ

【問合せ】地域子育て支援拠点「ひなたぼっこ」 TEL: 045-442-3886



万騎が原笑い体操クラブ

作り笑いで健康増進を図る体操です。

【日 時】9月2日(木)・16日(木)・30日(木)

15:00 ~ 16:30

今後の予定についてはお問い合わせください

【会 場】多目的ホール

【対 象】地域の方

【参加費】300円

【申込み】詳細は地域交流 迄

【持ち物】マスク・タオル・飲み物



チェアヨガ講座

呼吸を全身に広げて健康な体を作っていきます。

【日 時】8月は、6日(金)・20日(金)

毎月第1・3金曜日 10:00~11:30

【場 所】多目的ホール

【対象者】地域の方

【参加費】300円

【講 師】ともみ先生

【問合せ】地域活動交流迄

【持ち物】マスク・タオル・飲み物・室内履き 等



徘徊高齢者SOSネットワークシステムについて



徘徊された方をできるだけ発見・保護するシステムです。

SOSネットワークシステムを利用するには？

事前登録をおすすめします。SOSネットワーク機関（お近くの地域ケアプラザ等）にお問い合わせください。



徘徊している

可能性のある人は・・・

- 表情がぼんやり、
時として疲れている
- 不安そうで落ち着かない
- 季節違いの服装
- 手ぶら
- ちぐはぐな履物

徘徊している方を見かけたら・・・

- まず、やさしく声をかけましょう
- どこかへ行ってしまわないように見守ってください
- 長時間歩いている可能性もあるので、水やお茶などの飲み物をすすめてください
- 自宅などの連絡先を書いた物を持っていたり、つけている場合は連絡先へ、わからない場合は警察へ連絡してください

一色先生の医療のはなし ～新型コロナワクチン接種について～

現在、65歳以上の市民を中心に新型コロナウイルスのワクチン接種が開始されています。現在使われているワクチンはインフルエンザワクチンなどに比べると副作用が強いとされており、不安に思われる方もおられるかと思えます。今回は、ワクチン接種を受けるにあたっての注意点をお話します。

ワクチン接種の一般的な副作用として、接種当日や翌日に注射した場所が腫れたり痛くなったりすること、また発熱したりだるくなることがあります。新型コロナウイルスワクチンの場合、確かに特に2回目接種後に少し強く副作用が出るように感じます。私自身もすでに2回の接種を受けていますが、2回目接種の翌日は注射部位の痛みと微熱、倦怠感がありました。

以上のことから、接種翌日は用事を入れずご自宅で安静にすること、水分を十分にとることをお勧めします。また、痛みや熱・倦怠感が辛い場合は普段使っている鎮痛解熱剤を使っただいて構いません。どの薬が良いか分からない方はアセトアミノフェン（「カロナール」や「タイレノール」の商品名で市販されています）を内服してください。ただし、気管支ぜんそくがあって現在治療中の方は、かかりつけの先生とご相談ください。

一方、接種後2日経っても発熱・倦怠感などの全身症状が悪化してきた場合には、念のためかかりつけ医にご相談ください。



一色外科胃腸科医院 院長 一色 聡一郎

【お問い合わせは】万騎が原地域ケアプラザ・TEL：362-3354 担当：木下・寺山・伊藤
担当地域：万騎が原・柏町・大池町・南本宿町・本宿町・桐が作

デイサービスだより

七夕の飾りを作成中

今月の7月7日は七夕です。利用者さま、スタッフで飾り付けの準備をしています。来月は色とりどりに飾った笹竹をご報告いたします。



閉じこもりを予防しましょう

今、コロナ禍で自宅に閉じこもる高齢者が増えています。デイサービスでは利用者が可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるようにお手伝いいたします。



他者との交流や心身機能の維持、家族の介護の負担軽減などを目的としてデイサービスをご利用ください。

デイサービスの見学は随時受付けています

見学予約、相談電話番号 **045-362-1222** 担当者まで



居宅介護支援事業所通信<介護保険負担割合証について>

No.178

介護保険サービスを利用する場合には、費用のうち所得に応じて一定割合を利用者の方にご負担いただくことが必要です。介護認定をお持ちの方には「介護保険負担割合証」を交付しています。この負担割合証には、サービスを利用する際の利用者負担割合(1割、2割、または3割)を記載しています。適用期間は、毎年8月1日か翌7月31日までです。前年の所得により利用者負担割合を決定し、介護認定をお持ちの方(および事業対象者)には、毎年7月中に新しい負担割合証が届きます。内容を確認し、担当のケアマネジャーやご利用のサービス事業所・施設に提示してください。詳しくはケアマネジャーまでお問い合わせ下さい。



8月の予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2 健康チェックデー 音楽サロン 「ロココーネ」(未定)	3 子育て支援者会場	4 骨盤体操教室 能楽に触れてみよう!	5 囲碁「天元」	6 いきいき会 チェアヨガ 笑い体操	7
8 山の日	9 振替休日 親子能楽体験会	10 子育て支援者会場	11	12	13 書道教室	14
15	16 わくわく体操 カリグラフィー(未定)	17 子育て支援者会場	18	19 囲碁「天元」 サロン「かけはし」 笑い体操	20 いきいき会 チェアヨガ	21
22	23 あいうえお〜っ!	24 子育て支援者会場	25	26 リズム体操と ミニ計測会	27 万騎が原 デッサン会 書道教室	28 みんなの 漢字塾
29 きらっと ハピネス♡	30 ケアプラザ 大掃除会 夏の陣	31 子育て支援者会場	万騎が原 地域ケアプラザ QRコード→ 		掲載内容は6月25日 現在のものです。 各事業は中止・変更の 場合があります。	

＜各事業・地域の福祉保健団体の実施時間・実施内容等に関しては、中止・変更になる場合がありますので、参加や見学の際は、万騎が原地域ケアプラザ（地域活動交流）迄 お問い合わせ下さい＞



万騎が原地域ケアプラザ de 鯛カフェ

鯛カフェは、認知症の方やそのご家族、地域の方々が介護や健康について、ケアプラザ協力医の一色先生を交え、お話しする場所です。（8月はお休みです）

【日 時】7月8日(木)15:00~16:00 毎月第2木曜日同時間帯開催

【申 込】事前申込制(先着順) 【対象者】地域の方 【参加費】無料

【持ち物】マスク・飲み物 等 【場 所】多目的ホール 【問合せ】万騎が原地域ケアプラザ迄



せいしゅう 清正夏まつり中止について

新型コロナウイルスの影響により、本年も「清正夏まつり」を中止させていただきます。

一日でも早く安心して過ごせる日常が戻ること、並びに、皆様のご健康を心よりお祈り申し上げます。

ケアプラザ大掃除会 夏の陣

貸室団体の皆様にご協力いただき実施します。

【日 時】8月30日(月)10:00~11:00

【持ち物】マスク・飲み物・タオル

雑巾・掃除の出来る服装でお越し下さい。

【その他】各貸室利用団体より1~2名のご参加をお願いいたします。



上記事業等の申し込み・問い合わせ

万騎が原地域ケアプラザ [Tel:362-1222](tel:362-1222)

お願い・・・お越しの際は徒歩か公共の交通機関をご利用下さい。

敷地内は急斜面となっております。お足もとにご注意ください。

