

あなたと優駿 1月号

発行日：令和4年 12月 25日

(336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

貸室利用及び自主事業参加の際は、感染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を行っておりますので、ご協力よろしくお願い致します。



ご挨拶

社会福祉法人 清正会
理事長 清水 満正

新年明けましておめでとうございます。

近年、世の中では新型コロナウイルスが変異株に置き換わりまして多く発生しています。第8波ともいわれ、感染が心配される中、施設の行事等や夏祭り等の様々なイベントが実施できず、感染症の脅威にさらされました。

当法人施設においても、行事等は児童施設は保護者の人数制限の中実施開催されました。

新年こそ多くの地域にお住まいの方々とお逢いしたいと思っております。

今年は卯年ですね、日常生活が普通の日常に戻り今まで以上に楽しく過ごしたいと思っております。当法人の関連施設のご利用者様の全てが、安心安全の環境の中ご利用いただきまして、健康に日々をお過ごしいただきたいと願っております。

今後も施設運営にご理解ご協力賜りますことに感謝の気持ちでいっぱいです。社会福祉法人事業の円滑なる運営を誠心誠意努力して参ります。また、社会福祉事業に信頼をいただける法人を目指して参ります。そして、職員一同職務に専念する所存でございます。変わらないご指導ご鞭撻のほどお願い申し上げます。

地域の皆様方のご健康とご多幸を祈念いたしまして、新年の挨拶とさせていただきます。

< 求人のお知らせ >

当法人は複数の事業があります。

- まきが原愛児園では保育士の募集をしています。 TEL 045-361-0633
- 特別養護老人ホームグリーンサイド清盛では相談員や介護士、運転手等を募集しています。 TEL 045-362-3355
- 万騎が原地域ケアプラザでは介護士や運転手等を募集しています。 TEL 045-362-1222

楽しく私たちの仲間の一員として共に働きたい希望の方を募集しております。ご近所の方や、ご本人の連絡もお待ちしております。



どんど焼きのお知らせ

令和5年1月13日(金)に、学校法人清正学園及び社会福祉法人清正会の各施設と近隣の小・中学校のどんど焼きを実施いたします。地域の皆様で門松・しめ飾り等をおたきあげされたい方は以下の点にご注意して頂き、お持ち下さい。(一般参加は出来ません)

★ 地域の皆様へのお願い ★ (当日の受付は致しません)

- 必ず12日午後4時までに万騎が原地域ケアプラザまでお持ち下さい。
- 針金等の金属やプラスチック等の不燃物は必ず取り除いてからお持ち下さい。



～地域の活動紹介～

みなまきよこ連「お休み処」

「みなまきよこ連」は南まきが原駅周辺に住む有志の団体で「お休み処」という地域サロンを月に1回(原則第4日曜日)開催。毎月様々なゲストを迎えていて、身近なお愉しみの場や地域の方の交流の場となっています。12月はpiano.trio スイーツによる素敵な三重奏に耳を傾けていました。

※ 活動の詳細についてはケアプラザまでお問合せください。



万騎が原地域包括支援センターからのお知らせ

地域ケア会議について



地域ケア会議とは高齢者になっても住み慣れた地域で出来るだけ長く安心して暮らし続けるための仕組みをみんなで考えていく話し合いの場です。会議では地域の課題を共有し、解決に向けた取り組み等を検討することで、地域の高齢者が安心して暮らせる地域を目指しています。

今年度、万騎が原ケアプラザでは「8050問題」をテーマに、事例を基に地区組織の皆様や、協力医、ケアマネジャー、障害関係機関等に参加していただき会議を実施しています。

一色先生の医療のはなし ～花粉症について～

あけましておめでとうございます。新型コロナウイルスの流行はまだまだ続いています。ワクチン接種が進んだことと、ウイルスも弱毒化しているようで大半の方は軽症で済んでいます。コロナ騒動も早3年、ようやく先が見えてきました。ただし、換気の悪い場所で大人数でマスクなしで声を出すようなことはまだ控えておいた方が良いでしょう。

今回は花粉症の話です。花粉症は花粉に対するアレルギーで、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、眼のかゆみ等が主な症状です。酷くなると集中力の低下や頭痛、全身の倦怠感があり、これが春先から夏にかけて毎日・一日中続くのですから、毎年辛い思いをされている方も多いと思います。

日本気象協会によると関東地方の今年のスギ花粉の飛散は2月上旬頃から始まり、飛散量は昨年よりもかなり多くなるとの予測です。敏感な方だと昨年末からすでに症状が出ている方もいらっしゃると思います。今後暖かくなると一気に花粉の飛散量が増えて症状も悪化することになります。

花粉症への対処としてはアレルギーの原因である花粉をなるべく家の中に持ち込まない、体の中に入れないことが第一の対策になります。

- 1) 上着はツルツルした素材のものとし、帰宅したら付着した花粉を払って玄関に置いておく(居室へ持ち込まない)。
- 2) 帰宅後は洗顔とうがいをを行い、花粉を落とす。
- 3) 家の中のこまめな掃除
- 4) 外出時のマスク着用



ただ、これらの対策だけで花粉症の症状を完全に抑えるのは難しく、内服薬や点眼・点鼻薬で治療します。ひどくなってからよりも、症状が出る前から薬を始めた方がより効果的です。最近では舌下錠や皮下注射による減感作療法というアレルギー体質自体を治す根本的な治療もありますが、即効性には乏しく効果が出るのに数年を要するのが難点です。

今年も早めの対策で憂鬱な花粉の季節を乗り切りましょう。

一色外科胃腸科医院 院長 一色 聡一郎

*** 地域包括支援センターは「地域の相談窓口」です ***

【お問い合わせは】 [TEL:362-3354](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

みんなでレクリエーション

デイの1日のプログラムの中でレクリエーションの時間があります。今月はその中の一つのレクをご紹介します。縄でアヒルを手繰り寄せるゲームです。皆さまが自然に身体を動かして楽しく参加し、笑い声を交えながら競い合って、最後は拍手喝采です。



乾燥性皮膚炎

冬の空気の乾燥にともなって、皮膚がフケのようにポロポロ剥がれ落ちるといった症状を「乾燥性皮膚炎」と言います。暖房の効いた部屋や、入浴して血行がよくなったときや徐々に身体が温まってくる、寝るときなどかゆみの症状が強くなります。

入浴のポイント お湯の温度や身体の洗い方によって肌を痛めてしまう可能性もあります。39～40度くらいのぬるめのお湯で湯船に入って、時間は長くても15分程度にしましょう。身体を洗う時は、石けんなどをよく泡立て、ナイロンタオルなどではなく手で優しく洗います。風呂上がりにバスタオルでゴシゴシ拭くのも厳禁です。

保湿ケア 予防としては、保湿剤でしっかりと保湿ケアをすることが大切です。自分にあった保湿剤を選んで入浴後や乾燥が気になったときにお手入れをしましょう。

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

デイサービス 介護ワーカー／看護師 募集

業務 ★デイサービス介護ワーカー 内容：日常生活の介助・送迎・レク担当等

★看護師 内容：バイタルチェック 健康管理 機能訓練

詳細はホームページをご覧ください。 担当：万騎が原地域ケアプラザ 向井 迄

居宅介護支援事業所通信〈通所リハビリテーション〉

No.194

通所リハビリテーション（デイケア）とは、要介護者が介護老人保健施設、病院、診療所等に併設された施設に通い、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士等のスタッフによる「機能の維持回復訓練」や「日常生活動作訓練」が受けられるサービスです。詳しくは、ケアマネジャーまでお問合せください。

2月の予定

日	月	火	水	木	金	土
《カレンダーのみかた》 午後実施の事業は 二重線になっています。			1	2 囲碁「天元」 <u>笑い体操クラブ</u>	3 いきいき会 チェアヨガ	4
5 ハピネスヨガ	6 健康チェックデー <u>音楽サロン</u> 「ロココーネ」	7 子育て支援者会場	8 骨盤体操(休止) 万騎が原地域サロン 公園で遊ぼう!	9 <u>こすもすカフェ</u>	10 <u>書道教室</u>	11
12 きらっと ハピネス	13	14 子育て支援者会場	15 折り紙「木蓮」 シニアそろばん塾	16 囲碁「天元」 <u>笑い体操クラブ</u> サロン「かけはし」	17 いきいき会 チェアヨガ	18 こども書道 「とめ・はね」
19 ハピネスヨガ	20	21 子育て支援者会場 出張ひろば in 南まきが原自治会館	22 骨盤体操(休止)	23 天皇誕生日 <u>リズム体操</u>	24 万騎が原 テッサン会 <u>書道教室</u>	25 <u>みんなの</u> <u>漢字塾</u>
26	27 あいうえお〜!	28 子育て支援者会場	万騎が原地域 ケアプラザHP QRコード⇒		かけはしねっと (福祉保健活動団体) QRコード⇒	

<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、**12月25日現在のものです。**>

参加や見学の際は、中止・変更になる場合が有ります。詳細は地域活動交流迄 お問い合わせ下さい。>



地域精神保健福祉講座 8050 問題について

8050 問題について、正しい知識と理解を深め、地域での支援に役立ててみませんか？

(8050問題とは、80代の親と50代のひきこもりの子の状況を指した言葉です。)

【日 時】1月20日(金)13:00~15:00

【場 所】多目的ホール

【講 師】長見 英知 氏(湘南精神保健福祉事務所 所長)

【対 象】地域の方

【主 催】旭区役所高齢障害支援課

【参加費】無料

【持ち物】筆記用具・マスク・タオル・飲み物

【定 員】20名(申込制)



新春 抹茶を楽しむ会

新春のふれあい交流の場として実施します。

【日 時】1月12日(木)13:30~15:00

【対象者】地域の方(どなたでも参加できます)

【費用】無料 【場 所】多目的ホール

【問合せ】地域活動交流迄

地域の方からご寄付いただきました

紙おむつ・清掃用具

雑巾・布類

(高橋様)

(島村様)



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ください。

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。

