

あなたと優駿

7月号

(282号)

発行日：平成30年 6月 25日

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



せいしょう
清正

夏まつりのおしらせ



学校法人清正学園・社会福祉法人清正会の5施設合同で今年も夏まつりを開催いたします。皆様方のご来場を心よりお待ちしております。

【日時】 7月21日(土) 15:00～18:30 (模擬店が売切れ次第終了になります)

【場所】 まきが原幼稚園園庭等 【実施内容】 模擬店、演芸大会など(演芸大会は15:30～)



優駿のさと「サロン」

ペーパービーズのアクセサリ作り

地域の方と一緒に指先を使った作品作りをしながらお茶会を致します。今回はペーパービーズのアクセサリ作りを行います。

【日時】 7月12日(木)

9:30～12:00

【場所】 多目的ホール 【参加費】 300円

【申し込み】 事前申込制 地域活動交流迄

(※ 締め切りは7月5日)



親子救急救命講習

未就園児の心肺蘇生法について学びます。

【日時】 8月20日(月) 10:00～12:00

【講師】 旭消防署 南本宿消防出張所長

消防指令 本田 務氏

【対象】 未就園児と保護者

【内容】 心肺蘇生法とAEDの使い方

【参加費】 無料

【場所】 多目的ホール

【問い合わせ】 地域活動交流迄



「連鶴」を作しましょう

1枚の紙から連なった鶴が出来上がる「連鶴」を作ります。ぜひご参加ください。

【日時】 8月27日(月) 10:00～12:00

【場所】 ボランティアルーム

【対象】 地域の方

【参加費】 200円

【定員】 6名(申込制)

【講師】 真田 直美 先生

【持ち物】 ハサミ・定規・鉛筆



キラキラパフェづくり

親子と一緒にパフェづくりに挑戦しましょう!

【日時】 8月4日(土) 10:00～12:00

【場所】 多目的ホール・調理室

【参加費】 親子(親1人、子1人)で500円

【定員】 5組(事前申込制)

【持ち物】 タオル・エプロン

・三角巾・マスク等

【問い合わせ】 地域活動交流迄



ケアプラザ大掃除会 夏の陣

ケアプラザの貸し室の清掃を貸室団体の皆様にご協力頂き、実施致します。

【日時】 8月22日(水) 10:00～11:00

【内容】 貸室清掃及び、参加者を対象に簡易的な避難訓練を実施します。

【持ち物】 飲み物・タオル・雑巾(各自ご持参ください) また、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。



医療相談会のお知らせ

ケアプラザ協力医の一色先生による、個別相談を行ないます。ご自身の健康やご家族の健康に関すること、不安なことなど、お気軽にご相談下さい。

【協力医】一色外科胃腸科医院 一色聡一郎先生

【日時】7月26日(木) 16:00～

*お一人様、おおむね30分程度を
予定しております。

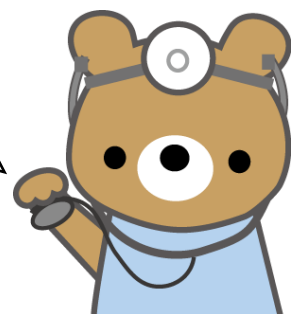
【場所】万騎が原地域ケアプラザ

【対象】地域にお住まいの方

【費用】無料

【申込制】事前に、下記までお申し込み下さい。

悩みや不安は
抱え込まずに
ご相談下さい



徘徊高齢者SOSネットワークシステム

徘徊された方をできるだけ早く、ご家族の元へ安全にお返すためのシステムです。

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ネットワーク連絡機関（お近くの地域ケアプラザ等）にお問い合わせ下さい。あらかじめ登録しておくこと、神奈川県警に事前に情報提供されるほか、いざというときにスムーズに対応できます。



徘徊ってなんですか？

徘徊というのは、認知症の症状の一つです。家を出て、途中で自分がどこにいるか、自分の家がどこなのかわからなくなって道に迷ってしまうことです。徘徊は急いで保護しないと危険なことがあります。

どうして危険なんですか？

道に迷っている間に
○体の水分不足などで衰弱してしまったり
○車にひかれそうになったり
○つまづいて転んで骨を折ったり
時には命に関わることもあります

徘徊している可能性のある人は

- 表情はぼんやり、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下さい
- 長時間歩いていることもあるので、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、持ったりつけたりしている場合は連絡先へ、わからない場合は警察へお電話下さい

《問い合わせ先》 TEL:362-1222 担当:木下・寺山・黄木・伊藤

介護・保健・福祉について「困った」「どうしよう」を一緒に考えさせていただきます。

☆ 担当地域…本宿町・南本宿町・万騎が原・柏町・桐が作・大池町

☆ ご相談の方は、事前にご連絡ください。

デイサービスだより



レクリエーション



毎日のプログラムの一つに楽しいレクリエーションの時間があります。今週は「つりぼりゲーム」かわいい海の生き物、魚・貝・タコやヒトデに磁石をつけ磁石付きの釣り竿で釣り上げるゲームです。勝敗は個人戦・男女別・人数チーム等で争われ、団結力も養われます。御利用者が楽しめ、集中力や手首の動作など機能訓練を考えながら進めています。



動作機能訓練（7月）

- 第1週目「みんなで梅雨をふきとばせ」
- 第2週目「カエルちゃんフリーフロー」
- 第3週目「8月のカレンダー」
- 第4週目「湯もみ文字当て」
- 第5週目「竹の子取りゲーム」



7月生まれの誕生者の方、
おめでとうございます！

🌸 藤本様 ♠️ 関根様
♠️ 関口様 🌸 斎藤様

調理便！「きゅうり」（薬膳料理でも使用される食材）

No.42

きゅうりの表皮のグリーンには抗発ガン作用で知られる「β-カロテン」が含まれています。さらに「カリウム」もたくさん含まれており、取りすぎた塩分を体外に排出するはたらきや血圧を下げ、高血圧予防・腎臓の機能が低下している場合にも有効といわれ、利尿作用・解毒作用でむくみを解消する効果もあるようです。また、身体を冷やす働きがあるといわれ、アルコール代謝を促す働きがあり、夏バテ予防・二日酔いに取りたい食材の一つでもあります。暑い夏が旬のお野菜だけに熱くほてった身体を冷ますのに役立たせてはいかががでしょう？



居宅介護支援事業所通信＜住宅型有料老人ホームについて＞

No.163

住宅型有料老人ホームは60歳以上で自立の方から軽度の要介護状態の方まで入居が可能な高齢者施設です。職員が24時間常駐しており施設にて掃除や洗濯、食事などの生活援助や緊急時の対応などが受けられます。また外部サービスを受けることによりリハビリや訪問看護の利用、入浴や食事などの介助も受けることが出来ます。ただし認知症の進行や介護状態が重度になった場合対応が出来なくなり別施設へ移動となる場合があります。入居にあたり初期費用も発生し施設により金額も異なります。詳しくは有料老人ホームの情報センターや担当のケアマネジャーにお問い合わせ下さい。



8月の予定



日	月	火	水	木	金	土
《カレンダー》 午後実施の 事業→二重線	万騎が原地域ケアプラザ HP http://www.makigahara-cp.jp/		1 書道教室	2 囲碁「天元」 <u>笑い体操クラブ</u>	3 出張ひろば いきいき会	4 <u>子ども書道教室</u> キラキラパフェ作り
5	6 健康チェック <u>音楽サロン</u> (歌声の会)	7 子育て支援者会場	8 公園で遊ぼう！ 万騎が原地域サロン	9	10	11 山の日
12	13	14 子育て支援者会場	15 書道教室	16 囲碁「天元」 サロン「かけはし」	17 いきいき会 <u>笑い体操クラブ</u>	18 <u>子ども書道教室</u>
19 こども日本舞踊	20 <u>わくわく体操</u> 親子救急救命教室	21 子育て支援者会場	22 ケアプラザ 大掃除会(夏の陣)	23 音読の会 <u>リズム体操</u>	24 子ども日本舞踊	25
26 きらっと ハピネス♡	27 あいうえお〜！ 「連鶴」作り	28 子育て支援者会場	29	30	31 いきいき会 <u>笑い体操クラブ</u>	

＜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、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迄 お問い合わせ下さい＞

合同歌声喫茶 2018 実施しました

5月31日(水)開催の会には多くの方にお越し頂きありがとうございました。本年度皆様から頂いた、義援金は **168,439円** になりました。本年度も募金は東北の義援金とさせていただきます。



～サロン紹介③～ 柏やまびこ会

地域の方が集まり、ゲームや茶話会等で楽しいひと時を過ごしています。

【日 時】毎月第2土曜日 13:00～16:00

【場 所】個人宅(柏町)

【内 容】体操・ゲーム
・脳トレ・茶話会

【対象者】地域の方

【お問い合わせ】

万騎が原地域ケアプラザ

＜活動の様子＞



～サロン紹介④～ ふらっとハイム

地域の方が主体となり、気軽に立ち寄れる居場所づくりを行っています

【日 時】毎月第3木曜日 10:00～15:00

11:00～ 包括職員による「よろず相談」

11:30～ ハイム中庭にパンの移動販売

【場 所】万騎が原ハイム集会所

【内 容】物づくりを通じたお茶飲み会
よろず相談・パンの移動販売 等

【参加費】無料

【対象者】万騎が原ハイムと、
その近隣にお住まいの方

【お問い合わせ】万騎が原地域ケアプラザ



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・・・地域ケアプラザには駐車場がありません。お越しに

なられる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。お足下にご注意ください。

