



大場地域ケアプラザ 広報・地域版

かやのき 9月号



詳細は大場地域ケアプラザ
ホームページをご覧ください。



令和6年9月1日発行・第238号
 発行 社会福祉法人横浜市福祉サービス協会
 横浜市大場地域ケアプラザ
 住所 横浜市青葉区大場町383-3
 TEL 975-0200
 FAX 979-3200
<https://www.hama-wel.or.jp/branch/ooba/>
 発行者 所長 山尾 みどり
 担当 コーディネーター 熊谷 昌子

おもしろ科学・で・工作



ご参加ありがとうございました♪

キャンドルホルダーワークショップ



ご参加ありがとうございました♪

秋も地域行事が
目白押し!



山内連合レクリエーション大会
10月6日(日)



大場町一心会
秋祭り子どもみこし大会
10月6日(日)

中里連合
スポーツ大会
10月20日(日)

荇子田自治会
八幡社例大祭
10月12(土)・13日(日)



8キャンドルナイト8

■日時9/2(月)～9/30(月)夜間
■作ったキャンドルホルダーを一緒に灯す
事で認知症への理解を深める月間です。

※大場地域ケアプラザでも沢山の
キャンドルホルダーを点灯します★



<あんしん講座>

『遺言の書き方講座』

- 日 時：10月15日(火) 10:00～11:00
- 会 場：大場地域ケアプラザ
- 対 象：どなたでも 50名まで
- 費 用：無料
- 申込み：お電話または窓口へ 開催日前日まで
- 持ち物：筆記用具、内履き、マスク
- 講 師：司法書士・行政書士 板垣徹宏氏



『メディカルクリニックあざみ野院長』

佐藤靖郎医師 (ケアプラザ協力医) より

<<熱中症の初期症状と対策について>>

今年の夏も熱波が続いており9・10月になっても熱中症のリスクがあります。初期症状は以下の症状が出やすいとされています。・**大量の発汗**・**めまい**・**失神**・**こむら返り**・**手足の筋肉痛のような痛み**です。中でも、こむら返りや筋肉痛は要注意です。高温多湿な状況で体温が上がると、体温を下げようと働き血圧が下がります。このような血圧や血流の変化と脳への血流低下で、めまいやぼーっとするような症状が出ます。また、大量に汗をかいて体内の水分や塩分が失われると、足のつりやこむら返り、筋肉痛のような症状も現れます。これらの症状が出現した場合は、以下の応急処置をおこないましょう。

- ①**すぐに涼しい場所に移動する**
- ②**不要な衣類は脱いで体を冷やして体温を下げる**
- ③**嘔吐がなく意識がある場合は水分と塩分を補給する**

屋内でも湿度が高く風通しが悪いと熱中症になることがあるため、注意が必要です。特に乳幼児や高齢者は体温調整が未発達なため、適切な対処を心掛けましょう。

地域の皆様向け佐藤医師による『健康相談』開催しています。(第1・3月曜日 12:30～13:00)
大場地域ケアプラザまでお気軽にご予約ください。

お問合せ・お申込み：045-975-0200まで

*各種講座に参加される方の駐車場のご用意はございません。
ご来館の際は公共交通機関をご利用ください。



事業分類	講座名・内容	開催日	募集対象	参加費	定員	受付開始
子育て	さくらんぼひろば	毎月第1火曜日 10:00~11:30	未就学児と保護者	無料	自由参加	不要
	9/3(火)『七夕飾り』開催です。大きな部屋で滑り台・ボールプール・ままごとなどで思いっきり遊びましょう！見守りボランティアさんもいるので安心です。次回開催は10/1(火)歯磨きピカピカです。					
	とっぴんぱらり	毎月第4金曜日 10:30~11:30	乳幼児と保護者	100円	自由参加	不要
	9/27(金) 大人から子どもへと時代を超えて語り継がれてきた「わらべうた」「手遊び」等をお子さんと一緒に。毎月第4金曜、地域ケアルームにて。 語り手：菅野智子氏(語り手たちの会理事)					
	リトミックであそぼう！	毎月第2・4木曜日 ①10:00~10:40 ②10:50~11:30	未就園児と保護者	600円/回	1部・2部 各12名	要申込
	9/12・26(木) 聞く・感じる・動かす・音を出すなど音楽を通して発達を促す効果が期待できるリトミック。お子様の能力を楽しく伸ばしましょう♪ 講師：矢野ちなみ氏(リトミック認定講師/保育士)					
一般	にこるーむ☺	年4回火曜日 10:00~11:30	子供の発達に お悩みの方	500円	要保育は 8名まで	要申込
	9/17(火)・12/27(火)・3/18(火)お子さんの発達や育て難さにひとり悩まれていますか にこるーむ☺はそんな保護者の方に寄り添うひろばです 聞き手：浜田悦子氏(おうち療育アドバイザー)					
	にこっとステーション	毎月第4月曜日 10:00~12:00	子育てのお悩み・ 不登校や引きこも り当事者 など	300円	自由参加	不要
9/23(月) 障がいがあってもなくても集える広場。子育てのお悩みや引きこもり・不登校などどんな悩みも気軽に話して気持ちを軽くしてみませんか♪ 共催：障がい児ママ支援グループ『nicoっと』						
一般	シニアのための健康 ×安全運転講座	9/10・24・10/8・ 22・29・11/5 13:00~14:30	65歳以上 日常的に運転 される方	無料	20名	要申込
身体機能や認知機能の衰えが、車の運転にもかかわってきます。それを変えられるのは「今」、そして「あなた」ご自身です！主催：桐蔭横浜大学尾山研究室/共催：日産自動車、大場地域ケアプラザ						
高齢者	銀のつどい	第1~4金曜日 10:00~14:30	概ね65歳以上	1日600円 半日400円		要申込
~いつまでも自分らしく~をモットーに、シニアの方たちの集いの場として多彩な趣味活動を行っています。気軽にご見学にいらしてみてください。 共催：銀の会						
地域包括支援センター	介護者のつどい	毎月第4水曜日 10:00~11:30	家族の介護の 経験のある方	無料	20名 程度	要申込
	9/25(水)開催。7/24(水)は、ある参加者から「(配偶者が)施設に入りました。いろいろあったけど、いざ離ればなれになると寂しくてしょうがないです。」とのお話があり、他の参加者からは温かい言葉かけがありました。是非、ご参加ください。					
	サロンde大場 場所：Stadio & Café BALENA	毎月第4金曜日 15:00~16:00	どなたでも 地域・支援者の方	無料	自由参加	不要
9/27(金) ケアプラザに色々聞いてみたいけど遠くて気軽に行けない、そんな方々、ケアプラザから出張致します。気軽にお喋りしましょう。9月は地域交流の熊谷が伺います！※8月・1月は休会						

※HP『お知らせ』に自主事業・行政会議等のカレンダーをUPしています。

今年の十五夜・中秋の名月→9月17日(火)です



かやのきコンサート・演芸会 ☆出演団体募集☆



「かやのき祭り」でステージ発表して下さっていた皆様、今年からは『かやのきコンサート』でご披露いただきます！ご希望の日程をケアプラザまでお知らせください。
お問合せは大場地域ケアプラザ 地域活動交流まで。

お問合せ・お申込み：045-975-0200まで

*高齢者施設併設のため、館内でのマスク着用と上履きの持参をお願いしております

