

自主事業カレンダー

2024年4月

黒字・・・自主事業

青字・・・共催事業

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	貸室予約 ①10:00～ ②13:00～ ストレッチ教室		15:30～ 中国健康体操	10:00～ ふらっとカフェ	10:00～ ハビ- マッサージ教室 10:00～ かけはし	
7	8	9	10	11	12	13
	10:00～ かけはし 13:00～ ダンス体操教室		10:00～ この指とまれ			
14	15	16	17	18	19	20
	10:00～ ハモニ-いずみ野 13:00～ おげんき塾		13:00～ スマホ・パソコン 講座	13:00～ すこやか会	10:00～ かけはし	
21	22	23	24	25	26	27
13:30～ フルト ハモニ-の和			10:00～ ぼぼんた	9:45～ ハビ-ヨガ & マヨカ 11:00～ 1歳児ハラス体操	10:00～ かけはし	休館日
28	29	30				
14:00～ 認知症カフェ デ・アイ		10:00～ この指とまれ				
<p>いずみ野地域ケアプラザ 玄関入り口にて販売いたします。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・てんてん（ドライフルーツ・雑貨販売） 4/9（火） 11:00～12:00 ・ぶどうの樹（パン販売） 4/16（火） 11:30～12:30 ・おれんじ村（お菓子・雑貨販売） 4/17（水） 11:30～12:30 ・うれしの（低カロリー菓子等販売） 4/23（火） 11:00～12:00 						

～自主事業のお知らせ～ 申込受付中です

お申込み・問い合わせは…
☎045-800-0322 地域活動交流まで

中国健康体操が第1水曜日の午後に変更になりました！

日時：第1水曜日 15:00～16:00
(4月3日のみ 15:30～16:30)

講師：須山 京子氏
(香港呉式太極拳インストラクター)

場所：いずみ野地域ケアプラザ 多目的ホール

参加費：200円(保険料含む)

定員：20名

持ち物：飲み物・室内履き・動きやすい服装

<日程>

4/3	10/2
5/1	11/6
6/5	12/4
7/3	R7/2/5
9/4	R7/3/5

※8月とR7年1月は
お休みとなります。



おさんぽ

CPの
ホームページに
つながります。



第61号
令和6年4月1日
発行責任者
所長 鈴木 登志子

社会福祉法人 横浜市福祉サービス協会 横浜市いずみ野地域ケアプラザ
〒245-0016 横浜市泉区和泉町6214-1 TEL:045-800-0322 FAX:045-800-0324



こんにちは！いずみ野地域包括支援センターです。



皆さんは「いずみ野地域包括支援センター」をご存じですか？

地域の皆様の総合相談窓口である「いずみ野地域包括支援センター」には、社会福祉士・保健師・主任ケアマネジャーの資格を持った職員がおり、高齢者が住み慣れた地域で生活できるように介護サービスや介護予防サービス、保健福祉サービス、日常生活支援など様々な相談に対応しています。

相談内容 ～例えば～

- ・介護保険に関する申請・相談（デイサービスや福祉用具利用など）
- ・介護予防に関すること（介護予防事業や体操教室・サロンの紹介）
- ・認知症に関すること（困りごとや対応方法、受診先など）
- ・高齢者の権利擁護に関すること（身寄りがなく今後の金銭管理など将来に対する不安や困り事の相談、消費者被害等）

※上記以外の介護・福祉に関する、ご相談も受付けております。

対象エリア

- ・和泉町 5000番～5999番地（都市計画道路権田坂和泉線の北側）
- ・和泉町 6000番地以降
- ・弥生台（33-1番を除く）

*平日だけでなく土日祝日もご相談を受け付けております。
(年末年始・休館日を除く)

*職員が不在の場合もありますので、来所時は事前連絡を頂けるとスムーズに対応ができます。

どうぞお気軽にご相談ください。

☎連絡先(相談専用番号) ☎
045-804-2732



いずみ野地域ケアプラザ協力医
塩田先生のちょっとコラム

塩田医院 塩田淳朗先生

花粉症について

花粉症を持つ人の割合は15%~40%と言われ、季節になるとたいへん多くの方が困ってしまう疾患です。鼻汁や鼻閉などの鼻症状と目のかゆみが主な症状で、医療的な病態は「花粉によるアレルギー性鼻炎」と「花粉によるアレルギー性結膜炎」です。対策は花粉を回避するか、抗アレルギー薬などで治療することになります。日常の行動に支障が出るならば医療機関を受診しましょう。

花粉を回避する対策は新型コロナ対策と同様で、**マスクや眼鏡での防御と、花粉を居室に入れないことです。**マスクは主に屋外での着用となり、不織布マスクや目の細かいN95マスクなどが有効です。眼鏡は目の周囲を覆う形状のものが市販されており、普段から眼鏡を着用している方は度の入ったレンズを入れるのも良いでしょう。居室内に花粉を持ち込まないために外出時のアウターはスベスベした素材のものが良く、居室内の花粉除去にはPM2.5対応などの空気清浄機も有効と思われます。洗濯物は花粉が付着しないよう、乾燥機を利用するか部屋干しがお勧めです。

医療機関では症状に対しての対症療法として、抗アレルギー薬の内服、点眼、点鼻での治療となります。一般的な治療で不十分であれば、専門的な免疫療法などもあります。内服薬の多くは眠気を来す副作用があり、自動車、二輪車などの運転をする方は注意が必要です。運転時に服用可能な薬は限られています。事故など起こすと大変なので、**主治医に相談してください。**

いずみ野小学校 閉校式典

令和6年3月2日(土)、いずみ野小学校の閉校式が厳かに行われました。46年以上の歴史を振り返ると共に、卒業式前最後となる校歌の斉唱など、寂しさと希望が入り混じる式典となりました。



横山義一さんのご冥福をお祈りいたします
🌿ありがとうございました🌿



いつも優しい眼差しで子どもたちを見守り続けてくださった義一さんを私たちは忘れません。本当にお世話になりました。

これからも天国から見守ってください。

まなべる居場所「かけはし」卒業パーティー

令和6年3月13日(水)、いちょうコミュニティハウス体育館にて「かけはし」の中学3年生の卒業パーティーが行われました。下級生が企画した手作りの会は涙と笑顔があふれる心温まるパーティーでした。



「かけはし」は、泉区内を中心に小学生から中学生(6歳から15歳までの不登校児童・生徒が安心して過ごせる居場所づくりに取組まれています。令和4年度より当ケアプラザでは、かけはしとの協力体制を築いています。

子どもたちが安心してながら、自分自身を信じる力と自分の可能性を切り拓く力を育むための「まなべる居場所」を応援していきたいと思っています。



生活支援コーディネーター通信



横浜市チームオレンジの取組について

「横浜市チームオレンジ」は、認知症の人が役割をもって参加しやすい環境づくりや認知症の人の見守りサポート体制づくりを進め、さらに地域での認知症に関する理解を広げ、認知症の人が自分らしく過ごせる地域づくりを進める厚生労働省が定めた認知症施策です。当ケアプラザでも、令和4年度から横浜市チームオレンジモデル事業のコーディネート役を担っています。認知症になっても安心して生活し続ける地域づくりは、誰にとっても安心につながると 생각합니다。「認知症について知りたい」「最近物忘れが気になる」「介護で悩んでいる」等、ご相談いただけたらと思います。そして一緒に協力して下さるボランティアの方も募集しています。

今回はチームオレンジの取組を2点ご紹介いたします。【連絡先】☎045-800-0322

いずみ野中学校での認知症サポーター養成講座を実施しました!

いずみ野中学校の1年生と3年生を対象とした認知症サポーター養成講座を行いました。

認知症という病気がどういうものなのか、認知症の方と接する時の心構えについて、1年生では漫画やクイズを交えながら具体的にお話をしました。3年生の講座では、60代で若年性認知症と診断され、現在も介護をされているご家族の体験談を伺う機会をいただき、他人事ではなく両親や祖父母の事として、また、自分自身も認知症になり得る事として真剣に聞いて頂きました。

講座終了後、生徒の皆さんから「認知症の人に優しい声掛けをしていきたい」「ご家族の気持ちが、自分事として感じられた」など、率直な感想を伺うことができました。今回学んだことを、これからの生活の中で役立ててほしいと願っています。



2月22日(木) 1年生 157名



2月29日(木) 3年生 117名・ご家族

フレンドハーモニーの和(若年性認知症当事者の会)の取組

令和4年度より若年性認知症当事者の会を開始し、毎月いろいろな企画を実施しています。

若年性認知症は65歳未満で発症し、働き盛りで親の介護と子育て等、様々な課題に直面している方が多いこと、また、当事者や家族が安心して過ごすことができる居場所が少ないことを関係者も認識しています。

令和5年度もパン作りやお菓子作り、陶芸作品作り、ハンドベル、お花見や夏祭りでの盆踊り等いろいろな企画してきました。今年度も関係者やボランティアの皆さんと協力し合い、温かい居場所づくりに取り組みます。

【連絡先】045-800-0322 見学も受付けています。



今年度も皆さんと一緒に楽しく過ごしたいです!!