

登録団体参加メンバー募集!!

コロナ禍において、活動を自粛していた登録団体さんが、感染症対策（マスク着用、検温、手指消毒、換気、消毒など）をしっかりと行って、昨年からそれぞれ活動を再開しています！

今回は、そんな登録団体の一部で体系的な団体さんをご紹介したいと思います。
自粛生活からポチポチ外に出ようかな？と考えている方、ぜひ一度見学にお越しください！
思い立ったら、中屋敷地域ケアプラザへお電話を!!



元気でカローリング	カローリング	第3土曜 13:30～15:00	無料
レッツカローリング	カローリング	第4土曜 13:30～15:00	無料
楽しいカローリング	カローリング	不定期	無料
かよのかい13	健康体操	第1・3火曜 15:00～16:00	1400円/月
さくらの会	健康体操	第1・3月曜 15:00～16:00	1000円/月
クワイオハナ	フラダンス	月2回 不定期	500円/回
ハナミズキ	フラダンス	月2回 不定期	無料
ハウオリフラ	フラダンス	第2・4火曜 19:00～20:00	500円/月
ピラティスの会	ピラティス	第1・3木曜 10:30～11:30	1000円/月
辛夷の会	太極拳	第1・2土曜 12:00～15:00	500円/回
ナイトヨガ	ヨガ	第1・3木曜 19:30～20:30	1000円/月

利用者アンケートのご協力ありがとうございました

ケアプラザでは毎年、職員の対応やサービスの質の向上、改善を目的に『利用者アンケート』を実施しています。各部門おむね良好とのご回答をいただきましたが、一方で改善すべき点のご意見もいただきました。今後も地域の方々が快適にご利用いただけるように努めてまいります。

介護保険等の相談を受ける際、介護保険に関する説明のほかにケアプラザの機能や催し物の周知が少なかつた。

総合相談センター

総合相談を受ける際は、広報誌やパンフレットを使用しケアプラザの機能や催し物等の周知を行います。

送迎の時間が定まっておらず、家族の出動時間に影響が出ている。また1日の流れが記録されていない。

サービス

ご家族様の就労などの状況に合わせた送迎ルートの設定を行います。記録については、連絡帳の実施項目に○をしてお伝えしておりましたが、契約時の説明に加え、ご希望に合わせ対応いたします。

地域活動交流 からのお知らせ

Instagram 始めました!



ケアプラザの出来事や中屋敷エリアの地域情報をアップしていくのでぜひフォローよろしくお願いします!

←こんな写真をUPしてま〜す!



4月スケート

予告

中屋敷スタンプラリー (仮名)
中屋敷エリアをウォーキングしてスタンプを集めよう!!
ただいま準備中です。
お楽しみに!!

編集後記

12月の下旬から始めたインスタおかげさまで、日に日にフォロワーが増えていきます!ありがとうございます!これからもドンドンいい場면을UPしていくのでよろしくお願いします!

申込み・問合せ: 中屋敷地域ケアプラザ 地域活動交流 ☎303-8100

※お申込み等でお預かりする個人情報は、ケアプラザ業務以外の目的での使用は致しません。適切に管理させていただきます。

ケアプラザ通信



令和4年2月号

ウォーカー

社会福祉法人 誠幸会
横浜市瀬谷区中屋敷2-18-6
所長 守屋龍一
TEL 045-303-8100
FAX 045-303-8111

新年あけましておめでとうございます。

昨年は、新型コロナウイルス感染症予防対策にご協力をお願いする中、ご利用いただいた皆様、本当にありがとうございました。

まだまだ先が見通せない状況が続きますが、今年こそ皆様にとって笑顔あふれる年となりますよう職員一同心から祈りいたします。

今年もどうぞよろしくお願いいたします。

所長 守屋 龍一

第4期瀬谷区地域福祉保健計画がはじまります! 暮らしやすいまちづくりの計画

~瀬谷区基本理念~

みんなで作る みんなのしあわせ

新しい生活様式への転換や価値観の多様化などにより、社会が大きく変化する今だからこそ、地域の皆さん、関係機関、行政などが力を合わせ、支え合えるまちにしたいという思いが込められた『地域福祉保健計画』。中屋敷ケアプラザ地域内にある4地区で活動されている民生委員児童委員協議会の会長に地域への想いを伺いました。

瀬谷北部地区

みんなで支えあい顔の見える笑顔あふれる地域づくり

子どもたちの笑顔を大切にしています。コロナ禍で事業が開催できず、思うように地域の皆さんと交流が出来ずにいますが、共に支え合う地域づくりを目標に見守りをしていきます。 阿久津 修

細谷戸地区

心が通じる地域づくり 地域は家族

感染症予防対策（マスク着用、手洗い、消毒）を徹底しながら、地域住民家族の健康支援など見守りしていきます。 仁平 廣 修

本郷地区

こどもから高齢者までの誰もが尊重され、暮らしやすいまちづくりを進めよう!

世代間交流の出来る健康講座等の企画をし、いつでも声をかけあえる地域づくりができればいいな...と思っています。 吉川 裕子

瀬谷第一地区

幸せの四つ葉のクローバーがたくさん育つ地区となるう

私たちは地域の皆さんとのふれあいを大切にしています。困りごとや心配ごとなどの身近な相談役として、そして“見守りを通して支え合う地域”を目指して活動していきます。 中丸 貞

感染症対策のためケアプラザへお越しの際はマスクの着用、検温、手指消毒にご協力ください。

お問合せ: 中屋敷地域ケアプラザ ☎303-8100

※お申込み等でお預かりする個人情報は、ケアプラザ業務以外の目的での使用は致しません。適切に管理させていただきます。

身近な相談窓口

地域の皆さまが安心して頼れる

中屋敷地域包括支援センター

ちなみに…
中屋敷地域包括支援センターは中屋敷地域ケアプラザの中にあります！



ひまわりの会 ~介護をしている方、これから介護をされる方へ~

高齢者などを介護しているご家族のための交流や学習・リフレッシュの場です。

日時 毎月第2水曜日 13:30~15:00
場所 中屋敷地域ケアプラザ
対象 区内在住で介護をしている方、これからされる方
参加費 無料(*材料費がかかる場合もあります。)

会をしよう



アロマワックスパーを作ったり...



介護のあれこれをみんなで話すうちに悩みが解消されることもあります...

認知症カフェ

認知症になっても安心して暮らせる地域をめざして 参加費 200円

おいしいお茶とお菓子で楽しくおしゃべりしたり、認知症よろず相談もあり。ご家族同士の交流もできます。

カフェカラム 偶数月 / 第3土曜 13:30~15:00 2/19 4/16
場所: カフェカラム 瀬谷区瀬谷 5-15-6

カフェ・ド・せや 奇数月 / 第4日曜 13:30~15:00 3/27 5/22
場所: 中屋敷地域ケアプラザ

※新型コロナウイルス等の感染症拡大状況により中止になる場合があります。中屋敷地域ケアプラザまでお問合せください。

新しい職員が入職し、2022年パワーアップして、地域の皆様の縁の下の力持ちとなります！

左から
社会福祉士: 沼井祐希
看護師: 前田あゆみ
社会福祉士: 樋口照美
主任ケアマネ: 石川直良



1月より入職しました、**樋口照美**です。
一日も早く地域の皆さまの顔を覚え、私の顔も覚えて頂けるよう、様々な場所に伺わせて頂きます！

写真撮影時のみマスクを外しています。

包括支援センターからのお願い

ご相談に来られた際に職員が訪問等で不在やゆっくりお時間がとれないことがあり、ご迷惑をお掛けすることがあります。大変申し訳ありませんが、ご来所の前にご連絡をいただけますよう、ご理解、ご協力をお願いします。



お願いいたします

お申し込み・問合せ: 中屋敷地域包括支援センター (ケアプラザ内) ☎ 303-8100

※お申込み等で預かりする個人情報は、ケアプラザ業務以外の目的での使用は致しません。適切に管理させていただきます。

ケアマネ通信

ヒートショックで亡くなる人、多いんです！

交通事故死亡者の
3倍ともいわれています！

大きな気温の変化によって、急激な血圧の乱高下に伴い脳内出血・大動脈解離・心筋梗塞・脳梗塞などの病気が浴槽やトイレで起きることで。



トイレでも排便時にいきむことで血圧が上昇し排泄後に急に血圧が低下し、発症しやすくなります。

- 浴室やトイレに暖房設備をすること。浴室暖房のない場合は、湯舟の蓋を開けておきましょう。
- 高温の湯船につからない。(適温 41℃以下) 長湯をしない。(湯につかる時間は10分を目安に！)
- 食後飲酒後すぐや、医薬品服用後は、入浴しない。(1時間程度たってから入浴しましょう。)

ケアマネをしていて、ヒートショックで亡くなる方の多さに驚いています。まだまだ、寒い日が続きます。皆さん充分にご注意ください！

中屋敷地域ケアプラザ 居宅介護支援(ケアマネジャー)

デイサービス通信

皆さまの笑顔が、家族の安心・職員の喜び
笑顔あふれる中屋敷デイサービス

2022



今年も明るく！
元気に！
はつらつと！
力いっぱい頑張ります！

昨年ですが、クリスマス目玉イベント！

『中屋敷オールスターズ』



サンタクロース？

コロナに負けず、今年も開催！

元気いっぱいソーラン節

職員による演芸大会…ソーラン節・リコーダー演奏・歌など、楽しい出し物が盛りだくさん！！

中屋敷地域ケアプラザ デイサービスではご見学を随時受け付けています。ご自宅までの送迎も行います！
お気軽にお問合せください！

通所介護(デイサービス) 相談員 山崎 星野 山宮 錦織 木村 ☎ 271-1034(直通)