


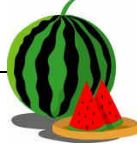


【発行日】平成 22 年 6 月 1 日【編集・発行】横浜市桂台地域ケアプラザ【発行責任者】石塚 淳


 HPアドレス:<http://www.katuradai.com>


昨年からは横浜市介護支援ボランティアポイント事業、通称「ヨコハマいきいきポイント」が始まっています。当ケアプラザも受け入れ施設となっており、65 歳以上で指定の研修を受けた方は毎回ポイントカードを持参し、点数を貯めています。年度末には貯まった点数によって換金や寄付ができます。「エーッお金に換えられるの?」という声もありますが、そのお金をまたボランティア活動に還元したり、ちょっとした自分の励みにしたりと、みなさん有効に活用しています。先日、当プラザでも登録の研修会を行いました。2 回併せて 60 名超の参加がありました。7 月 9 日には栄公会堂で研修会が行われる予定です。この機会にぜひみなさんトライしてはいかがでしょうか?

## 平成22年度 年間事業スケジュール


地域ケアプラザでは今年度も身近な地域での福祉や保健に関する様々な事業やイベントを行います。詳しいご案内は次号以降、随時ご案内しますが、今号では年間の予定をご紹介します。  
 (ただし、現時点での予定ですので、開催時期が多少前後する可能性があります)

月	事業・イベント	月	事業・イベント
6	親子講座  体力向上プログラム(介護予防講座)	11	体力向上プログラム(介護予防講座) 趣味講座(フラワーアレンジメント)
7	体力向上プログラム(介護予防講座) 	12	体力向上プログラム(介護予防講座) 第 2 回男の料理教室(26 日) 子育てイベント(コンサート)
8		1	思春期講座 介護者教室 
9	第 1 回男の料理教室(25 日)	2	春のほのぼの交流会(20 日)
10	豊かな老後講座	3	第 2 回男の料理教室(26 日)
<b>通年で行われる事業</b> 龍先生の健康相談 (毎月第 2・4 金曜日 13:30~15:00 予約優先) 			

 「親子講座」 現在、募集中です。別刷のチラシをご参照ください。

 「龍先生の健康相談」 裏面で特集しています。ご覧下さい。

地域ケアプラザの事業については、支えあい連絡会ホームページでも紹介されています。

桂台 支えあい連絡会 で 



# 「ネット情報を人がリレー」

## ～情報の届きにくい人に伝えるには～

この紙面を読んでくださっている方は、おそらく自治会の回覧板や区役所などの広報コーナー、場合によってはホームページなど、さまざまな手段でいろいろな情報を得られる方だと思います。けれども、本当に情報が必要な人に、大切な情報が届いていないのが現状のようです。「さまざまな福祉保健に関する情報を整理し、必要な人にわかりやすく情報を届けるにはどうしたら良いか？」というテーマは、どこの地域でも課題になっています。そこで、今回はインターネットで地域情報を発信し、さらにその情報を実際に活用する人たちまで届ける仕組みづくりを模索している「支え合い連絡会・広報分科会」を取材し、ご紹介したいと思います。

## 広報分科会とは



桂台ケアプラザ支え合い連絡会・広報分科会は、本郷中央地区と上郷西地区をまたいで活動しています。メンバーは、公募で集まった7名、毎月1回ケアプラザに参集し、地域の福祉保健に関する情報を収集し・インターネット上で発信する活動をされています。メンバーの皆さんは全員が桂台ケアプラザの担当エリアに住まわれており、「わが街を住みやすく」という視点で活動されています。そして、それぞれのご経験を活かし、取材から編集、ホームページへの掲載まで、一連の作業を協力して行っています。

## ホームページに必要な地域の情報とは？

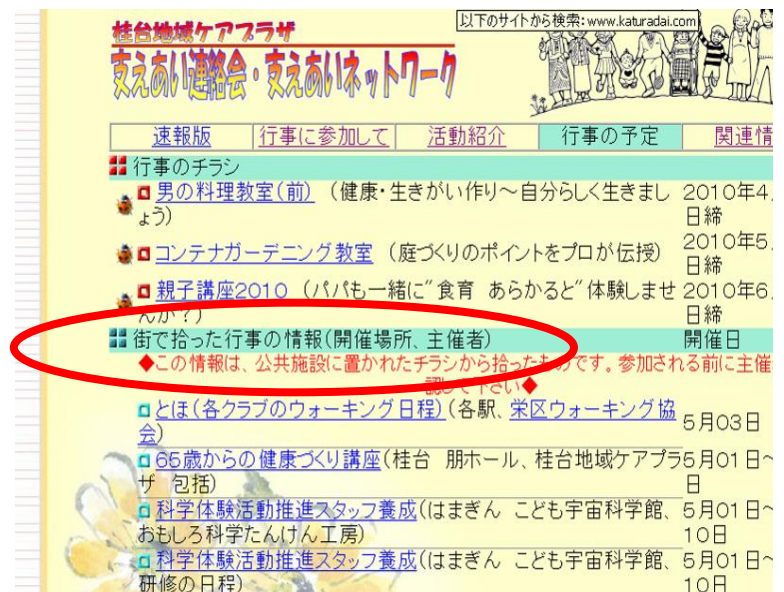
活動の詳細をメンバーのお1人である錬石さんにお話を伺いました。

錬石さん曰く「これまでホームページに様々な福祉情報を載せてきたが、本当にそれを必要とする人に届いているのかという疑問があった」そこで、実際に高齢者や障害者の方にどんな情報を必要か？尋ねてみたそうです。すると、「興味があって、やりたい事があっても、すぐにその情報にたどり着けない」という返事が返ってきたそうです。考えてみると、確かに区役所やケアプラザに行けば講座やイベント、ボランティア活動など、多くのチラシが置いてあります。しかし、枚数には限りがあり、また、時期を逃すとせっかくの情報にはたどり着けません。情報が多いように見えても、うまく噛み合っているわけではない実情があります。さらに、区やケアプラザにしょっちゅういける人ばかりではありません。「それでは！何かできることを」とホームページ内に「街で拾った行事の情報」コーナーを始めたそうです。これは、ケアプラザや区の情報コーナーのインターネット版です。(右ページを参照下さい)



# ボランティアグループや各団体の広報誌を掲載します！

そして、まだまだ多くはありませんが、地域にあるボランティアグループやサロン、各委嘱団体の広報誌を毎月ホームページに掲載しはじめました。メリットは、団体の活動内容やトピックスを他の団体にお知らせすることができる。また、資料として使用したいときは、ネットから紙に印刷する事ができる。などあります。鍊石さんは、みなさんに語りかけています。「地域の資源である『支えあい連絡会・支えあいネットワークホームページ』を充実させていくため、ぜひ多くの情報を広報分科会に寄せてほしい」



ホームページより抜粋 「街で拾った行事の情報」

## 地域の福祉・保健活動されている皆さん、ぜひホームページを活用ください！

地域で活躍している皆さんが「伝えたい」と思っている情報は、ホームページに載せておけば、何時でも、どこでもパソコンがあれば、閲覧したり、印刷したりできます。ホームページを通じて、あなたの伝えたいことが伝わります。ぜひご利用下さい。(もちろん全部無料です)

連絡先 地域交流部門(広報分科会担当:渡辺) 897-1111

## 必要な人に情報を届けるために ~橋渡し役の方たちとの協力~

データをひもとくと、高齢者や障害者、子育て中の母親など、福祉・保健情報を必要とする人のうち、自ら情報を集められる人は、実は 10~20%程度で、大半の人が情報に自力では辿りつけていない現状があるそうです。

そこで広報分科会では、必要な人たちに情報を届ける仕組みづくりとして、地域の委嘱役員や民生委員、ボランティアさんの会議に出向き「支えあい連絡会ホームページの使い方」について出前講座を行うことを検討しています。保健福祉情報が必要な人との接点が多い方たちに、このホームページを見ていただき、必要に応じて情報をプリントアウトし資料として直接渡したり、噛み砕いて説明をすることができる事を伝えます。情報の懸け橋となる民生委員さんやボランティアの方たちにホームページが活用される事を願っています。

### 取材を終えて

取材の最後に鍊石さんが話された「この町に住んでいる人の暮らしに役立つホームページにしたい」という言葉が強く印象に残りました。ホームページは、たくさんの方が参加すれば参加するほど良いものになっていきます。これから、ますます、このホームページに地域の情報が集まってくるようお手伝いしたいと思います。(多次)

## ケアプラザからのお知らせ

# 協力医の先生による「健康相談会」をご紹介します

毎月、表面でご案内を差し上げていますが、ケアプラザで実施している「協力医による健康相談」について、今回は少し詳しくお知らせします。



## 協力医って？

地域ケアプラザごとに、近隣で開業されている医師が選任されています。

役割として、月に2回程度、来所の上、保健・医療に関する無料相談を実施するほか、地域包括支援センター等ケアプラザが高齢者や障害をお持ちの方に関わる上でのアドバイスをいただいたり、講演会の講師を務めていただく等、地域ケアプラザの事業全般に協力をいただきます。

## 健康相談では、どんなことが相談できるの？

健康について気になっていること、今受けている治療のこと、どのような内容でもお話をうかがい、医師の立場からアドバイスを受けることができます。

ただし、診療ではないため、診断や処置、薬の処方を受けることはできません。

### こんなことが相談できます！

- ★検診を受け、血液検査を受けたけど、数値の意味を教えてください。
- ★最近、手足の痺れが何となく気になる。先生の意見がききたい。
- ★介護をしている親が便秘がち、その予防法を教えてください。
- ★足の浮腫んで、歩くのが大変。どうすれば浮腫みは軽くなるか、教えてください。 等

## 桂台地域ケアプラザの健康相談

### 協力医の先生をご紹介

龍 覚 先生（上郷医院院長）

専門は泌尿器科。大学病院等での勤務を経て、栄区上之町に上郷医院を開院。

桂台地域ケアプラザでは開所以来、協力医をしてくださっています。

**実施日時** 原則、第2・4金曜日の13:00～15:00に相談室で実施します。

（可能な方は事前にお電話で予約をお願いいたします。）

**6月の予定** 6月11日、25日 13:30～15:00

健康相談の問い合わせ・事前予約は 897-1111（地域交流部門まで）