

平成25年
5月号

桂台地域ケアプラザ

地域交流プログラム

発行日／平成25年5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

お問い合わせ先

地域交流部門 897-1111

HPアドレス

<http://www.katuradai.com>

桂台 支えあい連絡会

検索

4月8日号のアエラの記事で六車由美さんが紹介されていました。六車さんは、大学の教員から一転してケアワーカーになった方ですが、介護現場の中に民俗学の「聞き書き」を取り入れ、その聞き取ったエピソードや利用者とのかわりを文章にまとめ、研究誌やウェブマガジンで発表しています。その活動を通じて、介護現場が民俗学にとって、とても魅力的な場所であり、また民俗学で蓄積された知識や技術が介護現場に役立つ可能性もあるのではないかと考えた六車氏は「介護民俗学」を提唱しています。その介護民俗学の可能性を探った「驚きの介護民俗学」という本が、いま話題になっているというわけです。その本を読んでみたのですが、いろいろな発見があって面白いです。ある章では回想法と民俗学の聞き書きの違いに言及し、支援する側と支援される側の関係やそれが逆転することの意義などが語られ内容の深いものになっています。また、六車氏は、その記録をまとめたものを「思い出の記」として利用者とその家族に渡すという活動もしています。昨年立ち上がった3A・スマイルの会でも回想刺激を利用した認知症予防を行っています。今年度は、「思い出の記（アルバム）」を作成する取り組みを始めようかと企画を温めています。傾聴から「思い出のアルバム」づくりへという活動に興味がある方は、ぜひ石塚までお声かけください。

5月の
おしらせ



シニアの初心者向けパソコンサロン

あなたの暮らしに活かす
夢や情報を運ぶ入門講座
です。(全3回)簡単な
インターネット・メール
をマンツーマンでご指導
いたします。

日時：6月6日・13日・20日
(毎木曜 10:00~12:00)

募集：5名程度

参加費：各回100円

申込み：桂台地域ケアプラザ TEL：897-1111



桂台スペシャルデイのお知らせ

桂台地域ケアプラザデイサービスでは、利用者さんへ日頃の感謝を込めて、月に一回「桂台スペシャルデイ」を企画しています。毎月毎月素敵なプログラムを企画していますので、地域の皆様も是非、足をお運び下さい。ご希望の方は、桂台地域ケアプラザまでご連絡下さい。

日時：6月16日(日) 14:00~15:00(予定)

内容：「アンサンブル ベソナ」 & 「HIP HOP DANCE」

地域の方々がおこなう「世代間交流サロン めくもり」の中で、ジャワ島の民族楽器の演奏や子どもたちのパワフルでキュートなダンスをご用意しております!

場所：桂台地域ケアプラザダイルム

上郷西地区サロン「めくもり」

みんなにやさしい、めくもりのある出会いでつながります。

日時：6月16日(日) 11:00~15:00

◆イベントコーナー

- ・「アンサンブル ベソナ」(ジャワ島の民族楽器演奏)
- ・「HIP HOP DANCE」(子どもたちのエネルギッシュな踊りは必見!)

◆体験コーナー

- ・「おもしろ科学探検隊」による“すっ飛びロケット”作り

◆手作りの美味しい昼食をぜひどうぞ! (セットで250円)

いきいき趣味講座 第2弾

色鮮やかなリボンが、
ステキなストラップに
変身! 明るく丁寧な
指導で楽しく学んでみませんか?



日時：①5月26日(日)

春色ネクストラップ

②6月2日(日)

パイナップルのストラップ

①②とも14:00~16:00

講師：橋井 寿美さん

募集：15名(定員次第締切)

参加費：各500円(材料費)

ケアプラザ協力医 上郷医院の龍先生ってどんな人？ ～ケアプラザ協力医紹介～

皆さまご存知でしょうか？横浜市には、全地域ケアプラザに協力医が置かれています。当桂台地域ケアプラザでは「龍先生の健康相談」でお馴染みの上郷医院院長、龍覚先生に協力医を受けていただいています。医師会から選任されるケアプラザ協力医の役割は、ケアプラザで実施される各事業への医療面の相談・助言等だけではなく、ケアプラザと医師会とのパイプ役としても期待されています。今回の特集では、その龍先生についてご紹介させていただきます。

龍先生 プロフィール



生年月日：昭和11年12月24日

出身地：タヒチ

専門：泌尿器科・消化器外科

趣味：アウトドア全般。お子さんが小さいころは海に山にと、ヨットやスキーをご一緒にされたそうです。また、飛行機の操縦までされるそうで、もう一つの趣味である写真と合わせて、空の上から撮った富士山などが代表作です。
(ケアプラザのエレベーター前に展示しています)

「龍先生の健康相談」について

桂台ケアプラザでは、《原則》第2・第4金曜日の13時30分から15時まで、健康に関する相談をお受けしています（予約優先）。相談用の個室でお話をお聞きしていますので、プライバシーも守られます。※あくまでも健康に関する相談ですので、治療を受けたり、薬を処方してもらう事はできません。



❓ どのようなご相談が多いですか？

A 個人的な悩みや家族間での介護に関することが多いです。他にも、薬の服用の仕方や現在のかかりつけ医での治療内容に関するセカンドオピニオンなど、いろいろな相談を受けています。相談に来られた方には、じっくりとお話をお聞きした上でアドバイスさせてもらうようにしています。

❓ 先生が相談の中で感じている事を一言お願いします。

A 通常の診療とは違い、患者さんから日ごろはゆっくりと話せないと思われる事まで聴くことができます。地域の皆さまには、自分自身の体や健康に関心を持ち、病になる事を未然に防ぐ“未病”を心掛けてほしいと思います。それには、日頃から、横浜市の健康診断や予防接種の情報を得て積極的に受けることをお勧めしています。

今回、インタビューをさせていただき、健康相談を利用された方のお話を思い出しました。その方は「健康に関するだけでなく、精神的なことについても龍先生にじっくり話を聞いていただいて、すごく安心できました。先生が丁寧に話を聞いて下さったことがすごく嬉しかった」と話されていました。これぞ、普段の診療とは違う健康相談のポイントですね。また、健康相談はケアマネジャーなどの専門職の方でもご相談することができ、リピーターの方もいます。

健康相談をご希望される方は、毎月の地域交流プログラムで相談予定日をご確認いただき、桂台ケアプラザまで電話にてご予約ください（045-897-1111）。

<龍先生の健康講座「熱中症を予防しよう」のお知らせ>

龍先生による健康講座「熱中症を予防しよう！」

節電をしながら、暑い夏を元気に過ごすためのポイントを一緒に学びましょう！

日時：7月26日(金) 13:30~15:00

会場：桂台地域ケアプラザ 2階 ボランティアコーナー

電話：045-897-1111 担当：市来・勝呂（電話にてお申し込みください。）



●平成25年度の龍先生の健康講座は、この他にもう1回行われる予定です。

緊急風しん対策 (MRワクチン接種費用助成) について (栄区HPより)

現在、首都圏を中心に風しんが流行しており、栄区内でも、今年に入ってこれまでの累計報告者数が11人と、昨年1年間の報告者数2人を大きく上回っている状況で、今後さらに感染が拡大する恐れもあります。また、風しんの免疫を持たない女性が妊娠中（特に妊娠初期）に感染すると、胎児が白内障、先天性心疾患、難聴を主な症状とする『先天性風しん症候群』になる可能性があります。そこで、風しんの流行拡大及び「先天性風しん症候群」の発生を防止するための緊急対策として、予防接種費用の一部助成を実施します。

【助成対象】

19歳以上の横浜市民で、

1. 妊娠を予定している女性 ※既に妊娠中の方は摂取できません。

2. 妊娠している女性の配偶者（お子さんの父親）

※麻しん風しん混合（MR）ワクチン、及び風しん単独ワクチンの接種歴がある方は除きます。

※戸籍上の婚姻関係の有無は問いません。

医療機関窓口で母子手帳を確認させていただき、お子さんの父親として名前の記載のある方が対象となります。

【対象ワクチン】 麻しん風しん混合（MR）ワクチン 1回分 ※ 風しん単独ワクチンは助成対象外です。

【接種費用（自己負担）】 3,000円（医療機関窓口で直接お支払いください）

【実施医療機関】 市内のMR定期予防接種協力医療機関（横浜市医師会のご協力により実施）

【実施期間】 平成25年4月22日(月) から9月30日(月) まで

【お問合せ】 横浜市ワクチン相談窓口（TEL 045-671-4183、平日9:00~17:00）

または、横浜市役所 健康安全課（TEL 045-671-4190）

※『横浜市保健所ホームページ』にも詳しく掲載されています。



平成25年度・各事業の抱負

通所介護事業「笑顔づくり」

今年度もデイサービスでは、高齢になってもご自宅での生活を継続できるようにさまざまなサービスをご提供しております。手すりのついた浴室での安全な入浴や、時には松花堂弁当などもお出しする昼食の用意、また、懐かしい歌を一緒に楽しんだり、体操で体を動かして心身の健康維持を図るサービスも行っています。書道・絵手紙・麻雀・手芸・百人一首など、様々なプログラムに加え、和太鼓や舞踊・バイオリンコンサートなど、桂台ケアプラザのデイサービスは多くのボランティアさんからのお力をお借りして運営されています。また、桂台小学校や桂台保育園の子どもたちとの交流を定期的に行うなど、世代を超えて元気あふれるデイサービスとなるように、スタッフ一同努力しております。スペシャルデイのご観覧やご見学はいつでもお受けしておりますので、お気軽にご相談ください。

居宅介護支援事業「個別支援」

人は皆、性格や住んでいる環境など全て違います。今年のテーマは個別支援。ご利用者お一人お一人のお気持ちや習慣等に沿うサービスが提供できるよう努めます。ケアマネジャーは、要支援、要介護の認定を受けられた方のご相談、サービスのご紹介、各関係者への連絡調整等を行っています。核家族化がすすむ中、地域にはご高齢のお二人暮らしやおひとり暮らしの方が増えています。私たちは毎月訪問してお話を伺い、皆様と寄り添い、よく相談しながら一緒に困りごとを解決できるように努めていきます。

地域交流事業「和を以て尊しと為す」

25年度の地域交流部門のモットーは“和”あらたに2人のメンバーを迎え、若いパワーを注ぎながらの門出です。お互いが理解しあい、つながりを深めていけるよう、コミュニケーションを大切に考えてまいります。事業の柱としては、当地域の特性である少子高齢化に対応した内容を企画していきたいと思えます。必要な時に的確な情報を得るためのシニア向けパソコン講座の継続、生きがいづくりを応援する講座、小中学校と連携した次世代育成事業、三世代が気軽に楽しく集える交流イベントetc。地域の皆さまのご要望やご意見を伺いながら、生活に役立つ事業に取り組んでいきます。どうぞ温かいご支援とご指導をお願いいたします。

地域包括支援センター「地域に向けて情報発信中」

地域の皆さまがいつまでも住み慣れたまちで暮らし続けられるよう、さまざま活動に取り組んでいます。「身近なよろず相談所」として、4名の職員で協力して、ほぼ年中無休で介護サービスや保健福祉に関する相談をお受けしています。ケアプラザまでご来所されるのが難しい方は、訪問させていただいてのご相談もお受けしておりますので、まずはお気軽にご連絡ください。また、今年度も健康づくり・介護予防の為の講座、認知症や介護者方向けの企画など、いろいろな取り組みを考えています。一人でも多くの方に地域包括支援センターを知っていただけるように、今年度も情報発信に力を入れて行きたいと思っております。