

11月号



上白根地域ケアプラザ新聞

# あさがおつうしん

2012年10月28日発行

## ノロウイルスによる食中毒を予防しましょう！

ノロウイルスは、乳幼児から高齢者まであらゆる年齢の人に急性胃腸炎を起こすウイルスです。下痢やおう吐など風邪のような症状があり、1～2日で回復しますが抵抗力が弱い乳幼児や高齢者は重症化することがあります。年間を通して発生していますが、特に冬場は注意が必要です。

### 感染経路は？

#### ① 糞便・おう吐物から

ノロウイルスに感染している人の糞便やおう吐物の処理時に感染することがあります。処理後に、乾燥して浮遊したノロウイルスを吸い込んで感染することもあります。

#### ② 汚染された二枚貝等から

ノロウイルスが蓄積されたカキなどの二枚貝を、生あるいは十分に加熱調理しないで食べた場合に感染の可能性があります。



#### ③ 食品取扱者から

食品取扱者がノロウイルスに感染し、その人を介して汚染された食品を食べた場合に感染することがあります。生ものや加熱調理品など、食品の種類に関わらず食中毒の原因になります。

### どうすれば予防できる？

#### ① 加熱が重要

ノロウイルスは、85℃ 1分以上の加熱で感染力を失います。

#### ② まめに手洗い！

最も重要で有効な予防法です。調理の前後、トイレの後、汚れたものを触った後などは流水・せっけんで手洗いをしましょう。



#### ③ 塩素系消毒薬で消毒

調理器具は洗剤で洗浄し、塩素系消毒薬で消毒すると効果的です。

#### ④ 健康管理

下痢やおう吐などの症状がある場合は、食品を直接取り扱う作業は避けましょう。

～『横浜市健康福祉局食品衛生課（チラシ）』より一部抜粋～





# ふれあい 交流展

12月1日(土)・2日(日)  
10:00~16:00

毎年恒例となりました「ふれあい交流展」を、今年も開催いたします。地域の方々の作品を展示する作品展の他、様々な楽しい企画をご用意しております。

みなさまのご参加とご来館をお待ちしております。

## 開催内容

- ・バルーンアート体験
- ・ケアプラザご利用者や地域の方から出品いただいた作品の展示会
- ・ふれあい芸術講座「プレゼントにできるフラワーアレンジメント」
- ・障害福祉サービス事業所 辻のあかり による 喫茶コーナー ほか



## 交流展出展作品 大募集

展示期間：12月1日(土)・2日(日) 10:00~16:00

募集内容：絵画、書画、俳句、写真、手作り小物 など

※スペースに限りがあるため、おおよそ1m×1m以内の大きさの作品に限らせていただきます。

募集数：お一人2作品まで

出品方法：11月19日(月)~25日(日)の10時~17時に、ケアプラザまで作品をお持ちください。その際に、作品名と出品者氏名を記載した用紙をお持ちください。

※事前の連絡は不要です。

## バルーンアート体験コーナー

NEW

12月1日(土) 10:00~12:00

ボランティアグループ「上白根ふわふわ隊」の協力によるバルーンアート体験コーナーです。参加は無料です。ぜひご参加ください。

→  
クリスマスリース



→  
アンパンマン  
腕にはめられます

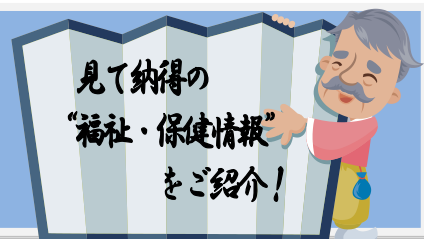


←  
男の子に人気の「剣」



# こちら「地域包括支援センター」です。

『認知症』になっても  
あなたの権利は守られます。



85歳以上の4人に1人が発症すると言われている認知症。認知症状が進み自分のことが自分で判断できなくなった場合、あなたはどのような生活を望みますか。

成年後見制度は認知症高齢者の方や知的障害・精神障害のある方が安心して生活できるように保護し、支援する制度です。家庭裁判所で審判され、法的に権限を与えられた後見人等がご本人に代わり、財産管理や福祉サービスの契約等、生活の支援を行います。

認知症になっても住み慣れた地域で安心して生活していくために。

成年後見制度はあなたの権利を守ります。

## 【特別講演会】成年後見制度「制度概要と運用の実例」

日時：平成24年12月12日（水）13:30～15:00

場所：上白根地域ケアプラザ 1階 多目的ホール

講師：弁護士 ちぎら ただし 千木良正 氏

\*旭区社協・ひかりが丘・今宿西・上白根地域ケアプラザ共催

## ケアプラザ協力医による11月の「もの忘れ&健康相談」

11月の開催日は次の通りです。お気軽にお越しください。

先生のご都合で日程が変更になる事があります。

念のため、ご来館の際はケアプラザまでご連絡ください。

ご相談は

無料です。

◎日時：11月7・14・28日 各水曜日  
午後1時30分～午後2時15分 ※要予約

◎場所：上白根地域ケアプラザ2階 地域ケアルーム

◎協力医：はしば内科クリニック 橋場友則 院長

申込み・問い合わせ先：951-3966(電話)





# クリスマス会参加者募集



1歳から3歳までの就園前の親子を対象にしたクリスマス会を開催します。  
地域のボランティアによる手遊び・歌遊びやバルーンアートなど  
親子で楽しめるプログラムです。ぜひご参加ください。

日時：12月18日（火）10:30～11:30

場所：上白根地域ケアプラザ

対象：1歳～3歳までの乳幼児と保護者 15組程度

参加費：無料

申し込み：12月14日（金）までに電話・もしくは直接ケアプラザまでお申し込みください。

応募者多数の場合は抽選を行います。

※ 詳細は、別添チラシをご覧ください。



## ふれあい芸術講座

# プレゼントにできるフラワーアレンジメント

毎週、ケアプラザ館内に素敵なお花を活けてくださっている榎本先生を講師に迎え、  
ペットボトルを活用したフラワーアレンジメントを行います。ぜひご参加ください。

日時：①12月1日（土）10:00～12:00 ②12月2日（日）10:00～12:00（両日とも同内容）

場所：上白根地域ケアプラザ 1階 多目的ホール

対象：各日10名程度。どなたでもご参加いただけます。

持ち物：ペットボトル（350mlで底が四角いもの。フタつき）、  
花ばさみ、タオル、持ち帰り用袋

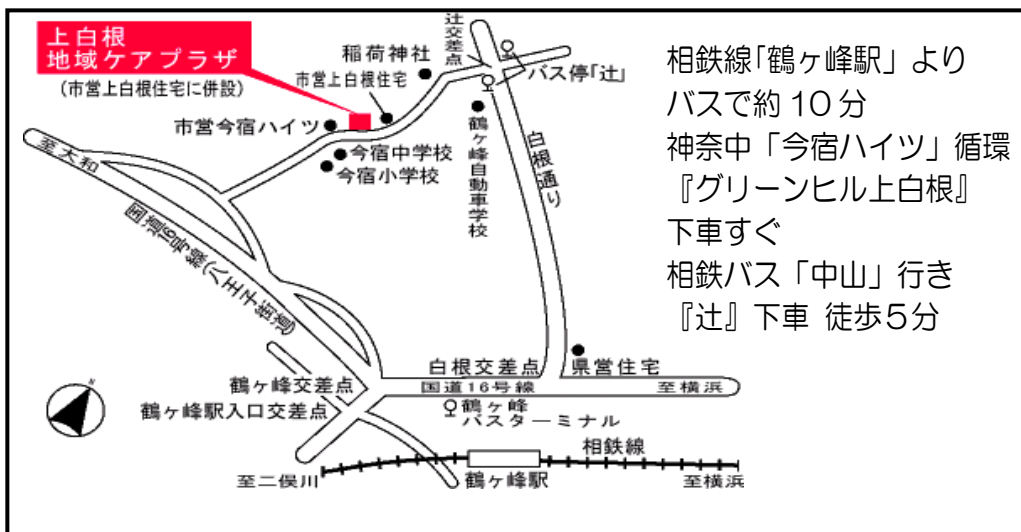
参加費：1,000円（材料費として）

申し込み：11月24日（土）までに電話もしくは  
直接ケアプラザまでお申込みください。

応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。



上白根地域ケアプラザへご意見・ご要望等がございましたら、館内「ご意見箱」へお寄せ下さい。  
お電話（951-3966）、E-mail（kamishirane@yokohamashakyo.jp）でも  
承っております。



携帯からは、  
こちらが  
便利です。



2012年10月28日発行

発行 上白根地域ケアプラザ  
旭区上白根町112

責任者 助廣 一則

電話 951-3966

FAX 951-3971