

しのはらのはら



平成29年3月1日発行【第154号】

親子学級ふれんど 平成29年度おともだち募集!

☆いきいきセカンドライフ塾

★介護者のつどい(報告)

☆ケアマネコラム

裏面

受付期間

4月1日 ~ 5月5日

日時

毎月第2土曜日

全10回

10時~12時

会場

篠原地域ケアプラザ2F

多目的ホール 等

参加費

年間¥2,500-

(材料費等として)



対象：生年月日が平成25年4月2日~平成27年4月1日の子とその保護者
※年度内に3~4歳になる方

日程：平成29年6月10日(土)~平成30年3月10日(土)

内容：工作・運動会・遠足・お団子作り等々 ※詳しくは配布中のチラシをご覧ください

定員：30組 ※申込多数の場合は抽選になります

申込方法：往復はがきに①住所②保護者・お子さんの氏名(フリガナ)③性別④生年月日(年齢)
⑤電話番号を記入し、お申込みください。

電話・窓口でのお申し込みは、受付できません。

*先着順ではありません。申込期間外は受付できませんので、ご注意ください。

締切：5月5日(金) 必着 (結果は5月末頃発送予定です)



わがまち篠原活動報告会

参加費
無料

篠原地区では、日々様々な地域福祉活動が行われています。篠原地区地域福祉保健計画「わがまち篠原」は連合自治会・地区社会福祉協議会・各種団体と協力し、お互いの活動を拡げネットワークを作っています。

この会では篠原で活動している団体の紹介や活動報告を行います。

どなたでもお気軽にご参加ください♪

3月11日(土) 14時~15時30分

会場：篠原地域ケアプラザ 多目的ホール

いきいき！セカンドライフ塾

参加費
無料

第2の人生（セカンドライフ）がより充実したものとなるよう、専門家からの役立つ知識を提供します！ ふるってご参加下さい♪

日 時：1日目：3月16日(木) 2日目：3月23日(木) 10時～12時
開催場所：篠原地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
講 師：1日目：横浜北YMCA 福祉教育部 溝部 文子 氏
2日目：村田由美子総合事務所 村田 由美子 司法書士 ※1日目は動きやすい
内 容：1日目：健康づくりのための体操 服装でお越しください
2日目：エンディングノート・遺言について
対 象：60歳以上の方 原則2回とも参加可能な方 問合せ：篠原地域ケアプラザ
定 員：25名 (先着順・2月13日より申し込み開始) 岩井・佐々木

報告

介護者のつどい



2月16日に介護者同士の交流を目的とした「介護者のつどい」を実施しました。ゆうあいクリニックの片山先生をお招きして「高齢者に起こりやすい病気」についてご講話いただきました。「乾燥性湿疹にはビタミンEが豊富な米ぬか風呂が効果的」など医療の分野を超えたお話も飛び交い、参加者の皆さまも楽しみながらも熱心に耳を傾けていました。次年度も開催致しますので、介護の悩みを聞いてほしい、先輩介護者からアドバイスが欲しいという方は是非ご参加ください！



篠原地域ケアプラザ ケアマネジャーによる ケアマネコラムVOL.8 「通所介護」

通所介護（デイサービス）とは、日帰りで施設に通い、食事や入浴など日常生活上の介護や機能訓練等を受けることのできるサービスです。身体を動かすことや仲間ができる社交の場を提供することで気分のリフレッシュを図り、閉じこもりの防止、孤独の解消やストレスの軽減、精神面での維持向上を図ります。また一定時間介護が必要な方を預かってくれるという点で、毎日介護を行なっている家族の負担軽減となる大きな役割も担っています。利用時間や内容は施設によりさまざまな特徴があります。

詳細に関しては、ケアマネジャー、ケアプラザ、区役所へ聴いてくださいね。

篠原地域ケアプラザ ケアマネジャー 鳥袋日出男



○●○横浜市篠原地域ケアプラザ●○●

【住所】港北区篠原東2-15-27

【問合せ先】Tel 4 2 3 - 1 2 3 0 / Fax 4 2 3 - 1 2 5 7

【開館時間】月～土曜日 午前9時～午後9時

日曜・祝祭日 午前9時～午後5時

【休館日】第3月曜日（3月は21日（火）です）・年末年始

