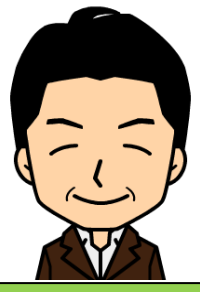


たまたて箱

<第90号>平成30年6月25日
 [発行：反町地域ケアプラザ]
 横浜市神奈川区反町1-11-2
 電話 321-8004
 FAX 321-8077
<http://www.yokohamashakyo.jp/tanmachi/>



高橋所長

反町地域ケアプラザは、地域のみなさまが住み慣れた地域で、いつまでも健康で安心して暮らせるように、お手伝いする施設です。「地域包括支援センター」「生活支援体制整備」「地域活動交流」「デイサービス」「ケアマネジャー(居宅介護支援)」の5つの部門で構成されています。不定期ではありますが、各部門について、たまたて箱にてご紹介したいと思います。今回は「デイサービス」部門をご紹介します。

デイサービス

要支援、要介護の認定を受けた在宅の高齢者の方々に、送迎、健康チェック、入浴、食事、レクリエーション等のサービスをケアプランに沿って提供し、ご本人やご家族の日常生活を支援します。地域の中で信頼され、親しみを持っていただけるようなデイサービスを目指します。

3つの特色

- ① 選べるレクリエーション
- ② 健康体操
- ③ 手作りのお食事

生活相談員



加藤

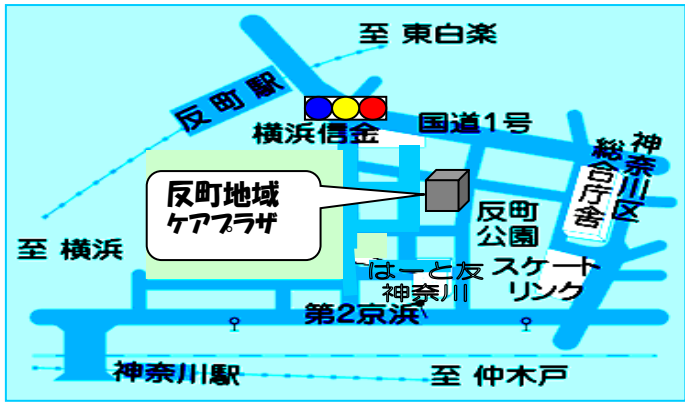


西川

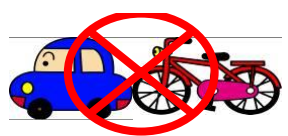
作品紹介 「富嶽三十六景」



↑ ペットボトルのキャップで作成！力作です！



☆反町駅より徒歩3分☆
 開館日：月曜日～土曜日 9時～21時
 日曜日・祝日 9時～17時
 休館日：毎月最終日曜日、年末年始



※駐輪・駐車場はありません。

班回覧																			
-----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



歌声サロン参加者募集

5月15日に第1回歌声サロンを開催し、男性女性問わず、たくさんの方々にお集まりいただき、ウクレレとハーモニカの伴奏に合わせて、懐かしい歌を歌いました。

日時：7月17日(火) 13:30～14:30
場所：反町地域ケアプラザ2階 多目的ホールB
定員：先着30名(事前申込み不要)
参加費：無料



介護者のつどい 介護保険と医療保険

ライフプラン見直し講座

保険のこと、どのくらい知っていますか？
疑問に思うことはありませんか？



介護保険の仕組みや医療保険の仕組み、シニアライフプランについて学びます。

日時：7月21日(土)13:30～15:00
場所：反町地域ケアプラザ2階 多目的ホールAB
講師：ソニー生命保険(株) ライフプランナー 植草 晋氏
定員：先着30名(要申込み)
参加費：無料



たんたんキッズ

「親子のフリースペース」

子育て中のボランティアさんからできたグループです。手遊びをしたり布おもちゃを使って遊んだりできる、親子のフリースペースです。はらぺこあおむしの絵本は大好評♪お気軽にご参加ください♪ボランティアさんも募集中です♪

- 日 時：毎月第1月曜日 10:00～11:30
- 内 容：親子あそび・季節の歌・はらぺこあおむし など
- 場 所：反町地域ケアプラザ 2階多目的ホールAB
- 対 象：未就学児とその保護者（事前申込み不要）
- 参加費：無料



親子でワッと遊ぼう

＜保育ボランティアこぶし&反町地域ケアプラザ共催＞

時間内出入り自由！手遊びや歌、素材を使った遊びなど、広いお部屋でのびのびとみんなで遊みましょう♪

- ◆日 時：7月20日（金）10:00～11:30
- ◆内 容：新聞紙や布を使っての親子あそび
- ◆場 所：反町地域ケアプラザ 2階多目的ホールAB
- ◆対 象：未就学児とその保護者（事前申込み不要）
- ◆参加費：100円



熱中症に注意



熱中症の発生は7～8月がピークになります。熱中症を正しく理解し、予防しましょう！
熱中症の予防には「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

＜室内での予防ポイント＞

- こまめな水分・塩分の補給
- 扇風機やエアコンを使った温度調整
- こまめな体温測定（特に体温調整が十分でない高齢者、障がい児者、子ども）
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- 室温が上がりにくい環境の確保
（こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水など）
- 日傘や帽子の着用・日陰の利用、こまめな休憩



※厚生労働省HPより抜粋

お問合せ・お申し込みは反町地域ケアプラザまで TEL 3 2 1 - 8 0 0 4

反町地域ケアプラザ予定表

7月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 たんたんキッズ 反町体操教室	3 オリーブの会 布おもちゃグループ 青木なかよし会	4 フラワー会 道草の会	5 木曜いこいの広場	6 リトモバンビ	7
8	9 Man!クッキング	10 オリーブの会 布おもちゃグループ 青木リハビリ教室	11 道草の会 ご近所お茶のみ会 行政書士無料相談会	12 木曜いこいの広場	13 反町活き粋シニアの会 アローズシニアの会	14
15	16 反町体操教室	17 布おもちゃグループ 歌声サロン	18 たんぽぽ会	19 木曜いこいの広場	20 親子でワッと遊ぼう	21 悠々亭
22	23 反町体操教室	24 オリーブの会 布おもちゃグループ	25 道草の会 ご近所お茶のみ会	26 木曜いこいの広場	27 リトモバンビ 反町活き粋シニアの会 アローズシニアの会	28
29 休館日	30	31 オリーブの会 布おもちゃグループ				

活動団体名	内容	対象	参加費等
反町体操教室	転倒・骨折予防の健康体操	高齢者（要お問合せ）	あり
オリーブの会	配食サービス	一人暮らし高齢者など	あり
布おもちゃグループ	布おもちゃの制作・貸出・管理	貸出はどなたでも	無料
青木なかよし会	歌やゲーム、演奏会など	主に青木第一地区在住の方	あり
道草の会	ミニデイサービス	主に認知症高齢者	あり
木曜いこいの広場	ミニデイサービス	高齢者全般	あり
Man!クッキング	男性限定のお料理・試食	区内在住の男性	あり
ご近所お茶のみ会	ミニデイサービス	高齢者全般	あり
反町活き粋シニアの会	音楽に合わせた健康体操	ケアプラザ周辺にお住いの方	あり
アローズシニアの会	健康吹き矢	ケアプラザ周辺にお住いの方	あり
悠々亭	お茶席	茶の湯に興味のある方	あり
青木リハビリ教室	中途障害者対象で運動・音楽・レク等	中途障害者の方	あり
たんぽぽ会	会食会	区内在住の高齢者	あり
たんたんキッズ	親子のフリースペース	未就学児と保護者	無料

※主催・共催事業を掲載しています。参加費等、詳細はお問い合わせください。

お問い合わせ・お申し込みは反町地域ケアプラザまで TEL 321-8004