東永谷地域ケアプラザ イベント情報(11・12月)

子ども・子育て

🥒 ロビー販売 **■** そのほか

めだか・くれよん

未就学児とその親が自由に集 まれるサロン。雨の日でも部屋 で遊べますのでお気軽にご参加 ください。

【めだか】 11/22(火) 12/27(火) 【くれよん】11/5(土) 12/3(±)10:00~11:30 【申】不要

赤ちゃん教室

【時】11/14(月)

12/12(月)

にて申込

【申】 港南区ホームページ

高齢の方を対象に開催して いる月1回のサロン。毎回ゲ ストを迎え、楽しい企画をご 用意しています。お気軽にご 参加ください。

【時】11/7(月)、12/5(月) 14:00~15:30

【申】初回のみ事前に TEL にて申込

つどいの場 おはり箱

お裁縫が好きな高齢の方がつ 初めて子育てをする方を対 どい、簡単な洋服のお直し、 象とした 0 歳児と保護者のた 施設等で必要な布製品の作 めの教室です。育児について 成などを行っています。 の正しい知識や情報が得ら お裁縫が苦手な方でもお気軽 れます。 にご参加ください。

【時】11/2、9、23(水) 12/7、14、28(水) 10:00~11:30 13:30~16:00 【定】15組(先着順)

【申】初回のみ事前に TEL にて申込

パン販売「そよかぜの家」 ひなたぼっこ

区内の地域活動ホーム「そよ かぜの家」で作っているパンを 販売しています。 11 月中旬からシュトーレンの 予約が開始します! 数に限りがあるのでお早めに ご予約ください。

【時】毎週火曜日 11:30~13:00 ※年末 12/27(火)まで

パン販売「あんず」

障がいのある方が働く「ジャン プ」で作っているパンを販売し ています。11 月は焼き芋の 香りがほんのりとする餡が詰ま った「やきいもくん」12 月は星 形のメロンパン「クッキーリー ス」が登場します! 是非ご賞 味ください。

【時】毎週金曜日 11:00~13:00 ※年末 12/23(金)まで

勉強を楽しむ会

小学生対象。地域ボランティ アの皆さんがお子様の勉強を サポートします。学校の宿題 や塾の予習などでも OK。

【時】11/11(金)11/25(金) 12/9(金) 15:00~17:00

【定】10名(先着順) 【申】初回のみ要登録

スワンの会

現在介護を担っている方、 介護を終えられた方が集まっ て介護の悩みを共有したり、 学んだり情報交換をする集 いです。

【時】11/16(水) 12/21(水) 13:30~15:30

【費】1回100円

【申】初回のみ事前に TEL にて申込

フラワーロード販売

区内の障がい者施設「フラワ -ロード」で育てている花や 季節の野菜、工芸品などを 販売しています。

【時】毎週水曜日 $10:30\sim14:00$ ※11/23(水)はお休み 【お正月飾り販売】 12/27(水) 12/28(木) 10:30~14:30

グリーンデイ

ケアプラザ周辺の緑化活動。 月1回、地域ボランティアの 「水仙クラブ」と一緒にお花を植 えたり、花壇の手入れをしたりし ます。当日飛び込み参加OK!

【時】11/10(木)11/17(木) 12/15(木) 9:00~11:30 【申】不要

医師への健康相談

日頃気になる家族や自分の 身体のこと。小田医院の小田 先生が、医療の専門家の立 場から優しく相談に応じてくれ ます。

どんな小さなことでも大丈夫で す。気軽にご利用ください。

【時】11/18(金)12/16(金) 14:00~15:00 【申】事前に TEL にて予約

男性ボランティアによるカフェ。

カフェ「GSJ」

定員は15名、1時間でお客 様入れ替えとなりますが、オリ ジナルブレンドと手作りスイー ツでおもてなしします。 【時】12/12(月) 14:00~16:00 【費】200円 【申】不要 ※人数を制限しているためお 待ちいただく場合がござい

11/21(月) 12/19(月)は休館日 ※デイサービスのみ 営業となります。

ます。

大久保最戸・永谷・永野エリアの"ふくし"を伝える広報紙

つどい

の場

「楽田

の

郷

ス

タ

ッ

フ櫛田さん(写真右)と北村さん(写真左)

<u>circulation</u>

V0L.133





つどいの場「楽田の郷」ご紹介

薬剤師さんに聞いてみよう!お薬の重複にご注意を!

イベント情報(11・12月) ほか

ケアプラザからのおしらせ >>> 困りごとのご相談について

ケアプラザは介護のことなど生活でお困りのことがある場合、ど なたでもご相談いただけます。東永谷地域ケアプラザまでご連絡 の上、ご相談ください。

電話:045-826-1097 FAX:826-1071

ご相談は 電話で予約 してから

相談や訪問等があるた め、急な来所の対応は できない場合がありま

お車の場合 駐車場の ご予約を

車でなければ来所が難 しい方用の駐車場が 1 台分あります。







活動紹介 つどいの場「楽田の郷」



今回は最戸町にある、誰でも通えるつどいの場<mark>「楽田の郷」</mark>をご紹介します!

以前は櫛田さんが自宅として住まわれていた場所でしたが、そこを開放し現在は居場所を求めている皆さんが「つどえる場所」になっています。立ち上げに携わった櫛田さんと北村さんに経緯や思い等についてお伺いしました。

【立ち上げの経緯】

櫛田さんが民生委員として見守り活動をされていた頃、1人暮らしの高齢者が日中外に出かけられる場所が少なく、話し相手もいない方が多いことが気になっていました。同じころ以前あった予防型デイサービスに勤めていた北村さんと出会い、同じことを感じていた二人は気軽に出かけられるつどいの場を一緒につくれないものかと知恵を出し合い 2007 年に誰でも参加することができる「楽田の郷」を始めました。

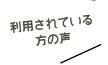




【櫛田さんと北村さんの思い】

「楽田の郷」は週 2・3 回の開催で、6 種類のプログラムにそれぞれの先生の指導があります。好きなプログラムに自由に参加し、一緒に学んだりおしゃべりをしたりと楽しい交流が生まれています。会話中の情報交換でオレオレ詐欺を防止できたこともあります。

話し相手を求めている方が多いので「楽田の郷」では「会話をする」ということをとても大切にしています。



みんなとご飯を 食べることが楽 しいです。 「ここに来る」という目標があって 自然と意欲も湧いてきます。

毎回みんなと話 をすることが楽 しいです!







▲教えたり教わったり、おしゃべりをしながら自分のペースで作ります。

▲取材の日に作っていた干支のあみぐるみ



「楽田の郷」は誰でも参加できることが最大の魅力です。お近くの方もそうでない方も是非一度足を運んでみてください。スタッフのおふたりを始め、他の参加者の皆さんもきっと快く迎えてくださることと思います。

ご興味のある方は「楽田の郷」直通ダイヤル【080-5022-6072】 または<mark>東永谷地域ケアプラザ【826-1097】</mark>までお気軽にご連絡ください!



子育て中のパパ・ママのための~

キツズあずけ隊

毎日頑張っている子育て中の皆様に、少しの間でも

お子様を預けてご自分の時間を過ごしていただきたい、

そんな思いから今回初めての開催となりました。

※港南区地域子育て支援拠点「はっち」協力のもと横 浜子育てサポートシステム(通称:子サポ)の提供会 員の方にお子様を預かっていただきます。 日 時: ①12/6(火) 10:00~11:00 登録説明会

②12/20(火)14:00~15:00

場 所:東永谷地域ケアプラザ 2F 多目的ホール

対 象:0歳~未就学児

定 員:おこさま10名(先着順)

利用料:おこさまひとり500円(当日お支払い)

申 込:11/11(金)~11/22(火)

東永谷地域ケアプラザ【826-1097】まで

★子育てサポートシステムにすでに登録されている方は 12/6(火)の登録説明会への参加は必要ありません。



みなさま こんにちは!玄和堂薬局横浜店の中尾です! 今回は、「病院で同じ相談をしていませんか?」をテーマに しております。そういえば…と心当たりのある方、ない方もご 一読頂けると幸いです。

薬剤師さんに聞いてみよう! 「お薬の重複」にご注意を

ある日の薬局での会話・・・

中尾

今日はいつもの内科のお薬に痛み止めが追加されていますがいかがされました?

この頃 膝が痛くて…。その話を先生にしたんですよ

患者様

中尾

いつも通っている整形でも痛み止めが出ていることはお伝えになりましたか?

何も言ってないわ…

患者核

中尾

うーん、同じお薬が出ていますね…一緒に出ている胃薬もかぶっていますね

もちろん、病院で「最近、膝が痛い」ということはお伝え頂いて構いません。そのとき、お薬手帳などを用いて、「整形でこの痛み止めをもらっている」とお伝え頂くのがいいですね。 先生も、現在どのような薬を飲んでいるのか把握してくださいます。

薬が重複していることが薬局で判明した場合は、病院に連絡をして調節もできます!そのためにも、お薬手帳をいつも持参して、薬局でもお見せください。



玄和堂薬局・中尾さん (京急百貨店 6F)