

もえぎ野センター 定例行事予定

12月 休館日 21日 (月)	事業名	日にち	時間
	もえぎ野茶屋	9(水)	13:30~15:00
	懐かしの映画会	19(土)、26(土)	14:00~
	■てとてとあおば ■フリー学習スペース	7(月)、9(水)、14(月) 2(水)、9(水)、16(水)、23(水)	10:00~12:00 15:30~20:00

1月 休館日 18日 (月)	事業名	日にち	時間
	もえぎ野茶屋	13(水)	13:30~15:00
	懐かしの映画会	16(土)、23(土)	14:00~
	■てとてとあおば ■フリー学習スペース	13(水)、20(水)、26(火)、27(水) 6(水)、13(水)、20(水)、27(水)	10:00~12:00 15:30~20:00

★もえぎ野茶屋は申込が必要です。もえぎ野地域ケアプラザまでお電話にてご予約ください。

その他の上記事業は申込み不要です。ただし、コロナウィルス感染予防対策のため、定員になり次第、ご参加いただけない場合がございます。

■⇒未就園児とその保護者 ■⇒小中学生 □色印のないものはどなたでもご参加いただけます。

ドクター's コラム

山本内科循環器医院 医院長 山本医師によるコラム♪
(もえぎ野地域ケアプラザ協力医、青葉区医師会会長)

今年の冬は新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが同時に起こり混乱を招くものと思われます。どちらも感染症ですのでしっかりとした予防策が必要になります。インフルエンザは治療薬がありますが、新型コロナでは治療薬は確定されていません。感染を起こさないことが必要になります。どちらも飛沫感染が主体となりますので、マスク、手洗い、うがい、消毒、人ごみに出ないことに心がけてください。また、インフルエンザワクチンはできるだけ受けるようにしてください。



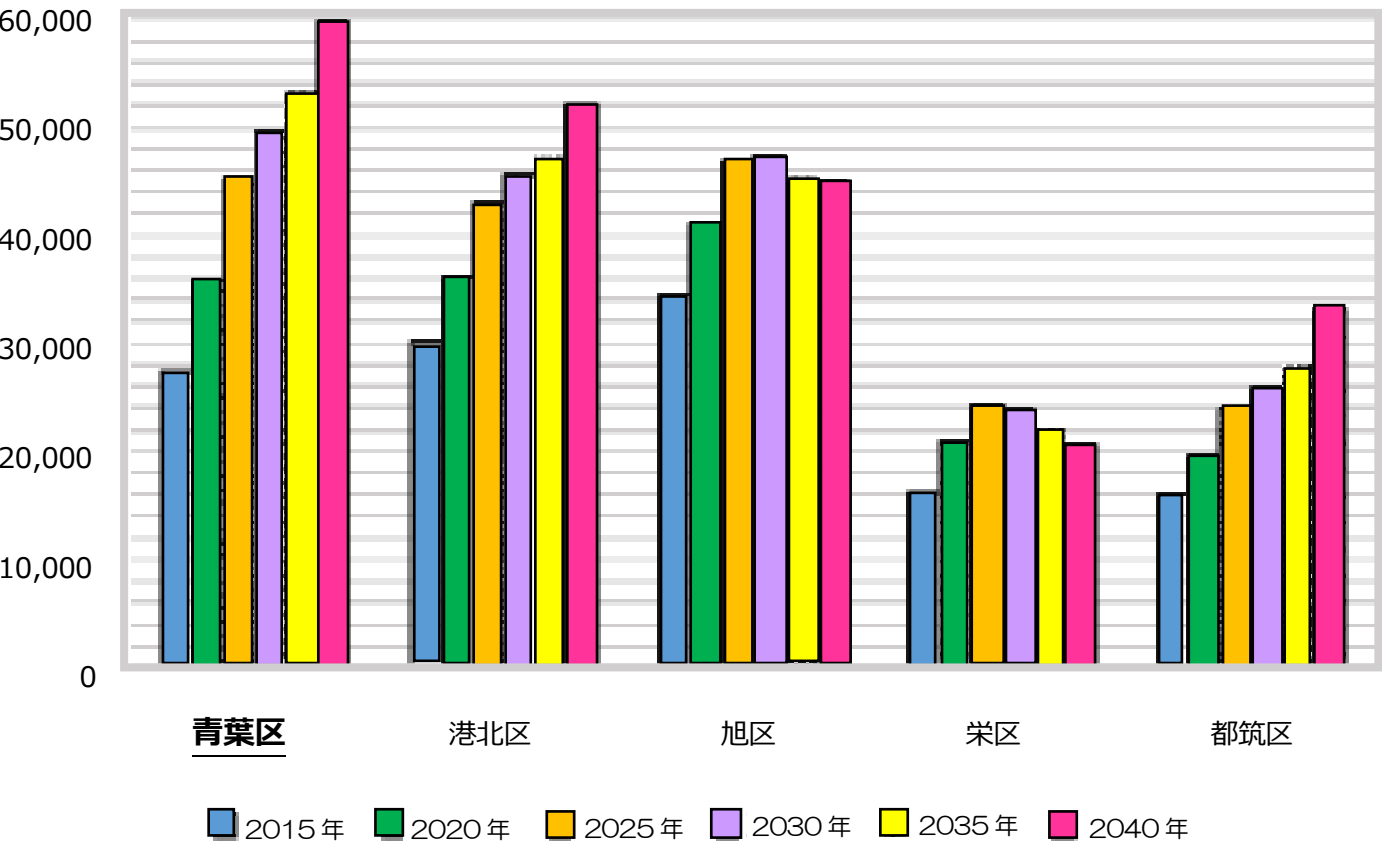
もえぎ野センター広報紙
第116号

もえぎ野センター
◆老人福祉センター横浜市ユートピア青葉
045(974)5400
◆横浜市もえぎ野地域ケアプラザ
045(974)5402
発行 令和 2年 11月

認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会を目指し、厚生労働省は「共生」と「予防※」を車の両輪とした地域づくりを進めています。青葉区でも認知症理解のプロジェクトが始まっています。※「予防」とは、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」という意味

75 歳以上高齢者数の推移の比較（2015～2040 年）

出典：横浜市「区別の男女別・年齢5歳階級別人口」より作成



- 青葉区の高齢化率：2020年：22.4% 2025年：25.0% 2040年：36.0%（市内7位）
- 75歳以上高齢者数：2028年に旭区を追い越し、青葉区が市内1位になる
- 75歳以上高齢者数の増加率：青葉区が断トツ1位
- 2025年には高齢者の5人に1人が認知症に！：2025年：15,442人 2040年：21,224人

てとてとあおば

親子が一緒に集える場

ふらっと親子で立ち寄り、お子さんが遊ぶのを見守りながら
おしゃべりしたり、区内の子育て情報に目を通したり
てとてとオススメの子育てに関する本を読んだり、ホッと一息つきましょう！
知った顔がいなくても大丈夫！その場でつながりができる出会いの場です。

- 日 時：第1・2・5月曜日、第4火曜日、第2水曜日（原則）
10:00～12:00
- 場 所：もえぎ野地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
- 対 象：0～3歳児とその保護者
- 参加費：¥300/1組
(5枚綴りで¥1,000の回数券もあります)

★コロナ感染予防対策のため、定員を超えた場合は入室をお断りすることがありますのでご了承ください。

『介護者のつどい』のご案内★

ご家族を介護されている方を対象に「介護者のつどい」を行っています。
皆さんで日頃の想いを共有して、気持ちのリフレッシュをしませんか？
12月は特別なイベントを企画せず、自由な歓談タイムを予定しています。

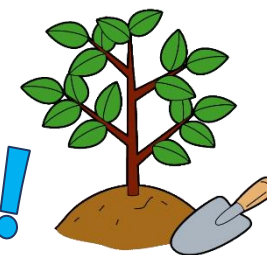
- 日 時：12月10日（木）13:30～14:30
- 場 所：もえぎ野地域ケアプラザ
2階 多目的ホール
- 対 象：ご家族を介護されている方
- 参加費：無料
- 持ち物：上履き、外履きを入れる袋



10月は、トイレ・排泄ケアの悩み相談会を開催しました。
排泄ケア相談処・諒の田中先生をゲストにお迎えし、参加者の方からの排泄に関する悩みを共有し、相談できる場になりました。
右上の写真は当日の様子です。



『ちょこボラさつき』 ボランティア募集！



令和2年4月に活動開始したボランティア団体「地域のお手伝い隊さつき」（略称「ちょこボラさつき」）です。高齢者世帯のお庭を綺麗にするお手伝いをしています。

- 活動内容：個人宅の「草取り・草刈り」
簡単な植木剪定も出来る範囲で行います
- 活動エリア：さつきが丘、つつじが丘、しらとり台、
梅が丘とその周辺
- その他：1軒を2～3名で活動します
交通費程度の活動費をお支払いします



広げよう！地域のつながりの輪

上谷本地区（もえぎ野・柿の木台・みたけ台・上谷本町）と谷本地区（藤が丘1丁目・藤が丘2丁目・千草台・梅が丘・下谷本町）で活躍する住民の方々と地域の魅力を発信しています。次号へ、ご友人・知人へバトンタッチしていただき、地域のつながりの輪を広げていきます。

今回ご紹介する方は、

小嶋 優さん（藤が丘1丁目在住）です！

Q. 地域ではどのような活動をされていますか？

A. 谷本地区民生委員児童委員協議会会長、保護司、青葉警察署少年補導員、谷本小、藤が丘小キッズクラブの運営、横浜田園ロータリークラブ（駅前公園のバラ園整備）、青葉区小中高生ミュージカルの運営など。地域の困りごとなどが、色々な機関につながるようにアシストしています。

Q. この町への思いをどうぞ。

A. 現在地で生まれて65年になりました。高校までは地元でしたが、大学とサラリーマン時代は都内でしたので意外と地元のことを知りませんでした。40歳で会社を辞めてからは地元への恩返しだと思ってボランティアなどをしています。我々の時代はもえぎ野や柿の木台は小学校や中学校が同じ学区（谷本小・谷本中）でしたから谷本地区と上谷本地区は昔からとても関係が深く良い仲間です。



次号は、小嶋さんがキッズクラブの運営を通じてお知り合いになった御園生尚美さんにバトンをつなぎます！

vol.7