

「住んでよかった！」 みんなが思える まちづくり

# さくらだより。

平成24年 3月事業報告号

## 「災害時における要援護者を考える」報告

とつかハートプラン報告①

平成24年1月31日(火)13時30分から戸塚区の地域会議室にて自治会町内会、民生委員児童委員協議会の皆さまにご参加いただき、八森先生を迎えて「災害時における要援護者を考える」講演会を行いました。

この会の目的は「災害時のために普段から」何をするか？ということを経験者の方々と考えるということです。当日は上倉田地区・舞岡地区合わせて45名の方々にいらしていただきました。お忙しい中、本当にありがとうございました。

講師のお話の他、グループに分かれて「お互いの地域で現在行っていること」や「日常に必要なことは何か」を話しあっていただきました。「日ごろの顔見知りを増やす」や「要援護者リストを作成する」といったご意見が出ていました。

さて、講演会の中で重視されていたのが「**自助・共助・公助**」。全員を助けようと頑張るのではなく、自分ができること・ご近所さんと助け合ってできること、専門機関に任せられた方がよいことなどを整理してみてもいいのではないかということでした。

アンケートでは、「役に立った」という方が35名

「今後活かそう」と言う方が36名でした。

今後もこのような会があったら良いというご意見も

いただきました。24年度もとつかハートプラン

地区別計画に則って地域の方々とともに、推進していきたいと考えています。

ご協力いただきました皆さまに、御礼申し上げます。



# 「発達障がいって知っていますか？」報告

とっかハートフラン報告②

～住んで良かった、みんなが思えるまちづくり～

平成24年2月11日（土・祝）、横浜市立南舞岡小学校 体育館。

寒い日でしたが、145名の方がいらしてくださいました。

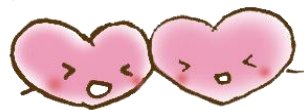


講師には横浜市総合リハビリテーションセンター副所長の清水康夫先生をお迎えし、発達障がいの中でも自閉症スペクトラム障がいについて教えていただきました。

いただいたアンケートのなかで、特に多かった感想を掲載いたします。

- ・ 発達障がいにもLDやADHD、ASDなど色々あるということが分かりました。（LDは学習障がい、ADHDは注意欠陥・多動性障がい、ASDは自閉症スペクトラム障がい）
  - ・ 「褒めることは認めること、叱ることは否定すること」。心に響きました。
  - ・ 「お母さんを認めてあげてください」、その通りだと思いました。
  - ・ 障がいに関わらず、地域で子育てを支えて行けたらな。と思いました。
  - ・ 自閉症スペクトラム障がいの方に物事を伝える時は「見えるもの（写真や図での説明）>>書きことば>>話しことば>>見えないもの（暗黙の了解）」。
- 具体的に簡潔に伝えてみたいと思いました。

この講演会は戸塚区の小学校・中学校・PTA・自治会町内会・地区社会福祉協議会・民生委員児童委員協議会・関係機関の方々に加え、エリア近くの港南区や日限山地区の皆さまなど多くの方のご協力をいただき、開催することが出来ました。



紙面の都合上お名前の記載は割愛させていただきますが、厚く御礼申し上げます。

## 子どもたちと遊びませんか？

ケアフラザでは、障がいのあるお子さんと一緒に放課後や休日・長期休暇中に遊ぶイベントを行っています。お子さんのそばに寄り添って、一緒に遊んで下さる方募集！

### 本格エアロビクスで楽しくボランティア！！

■ 放課後クラブ「かみくらたん」

開催日 第2火曜日 15:30～17:30

内容 エアロビクス（本格派！）や工作

お問い合わせは・・・ コーディネーター 齊藤 Tel 045(865)5700 まで！



# 「いくじい いくばあ講座」報告 ~ご存知ですか? イマドキの子育て~

日時：平成24年 2月 7日（火）多目的ホールにて開催いたしました。

講師は戸塚区こども家庭支援課の前原さんと、上倉田抱っこ隊の竹内さんです。

16名の方がいらしてくださいました。

ご自分たちが子育てしてきた時との違いに、皆さん驚きの連続…。

「皆さん、お孫さんにおやつあげて怒られてませんか？」なんて問いかけに  
ふか〜く頷く方続出…。

最後は、そうきん体操で終了♪

ママ達は、保健師さんの「是非、ママを褒めてあげてください！」という  
声にうんうん、と頷いていました。

街中で「かわいい子ね！」なんて言われるだけで  
元気がでると言っていました。

「私の時はこうしてたのよ！」と言う前に、「今ってどうしてるの？」とか  
「頑張ってるわね！」って一言声をかけてあげてください。

今後ですが、応急手当など実践も行っていきたいと考えています♪

その際は、さくらだより等で広報いたしますので皆さんも是非ご参加ください！



## お医者さんの健康相談

無料!

「ちょっと気になるけど、こんなことお医者さんに聞いて良いのかしら？」  
病気や健康に関するそんな疑問ありませんか？

ケアプラザでは、協力医の先生にいらしていただいて、地域の方の疑問や相談に応じています。  
健康管理や、上手な病院へのかかり方など日頃の健康について、ご相談ください。

日時：第2, 3, 4火曜日 12時45分~13時45分

場所：上倉田地域ケアプラザ 地域ケアルーム

先生：ながのクリニック 永野院長（専門は胃腸科）

定員：先着各2名程度

申し込み方法 電話か直接ケアプラザへ。

※ 事前の予約が必要です。当日10時までにお申込下さい。

※ 日程に変更がある可能性があります。

申込先：上倉田地域ケアプラザ 「健康相談」係まで

横浜市上倉田地域ケアプラザ  
(コンフォール上倉田9号棟1階)

電話 045(865)5700  
FAX 045(865)5711

# デイサービスだより



「鬼は外！福は内！」

「鬼退治ゲーム」で皆さん楽しんだ後は、年男・年女・ご長寿の方が代表で恒例の豆まきです。

改心した鬼は、皆さんの悪い所を持って鬼が島に帰っていきました。



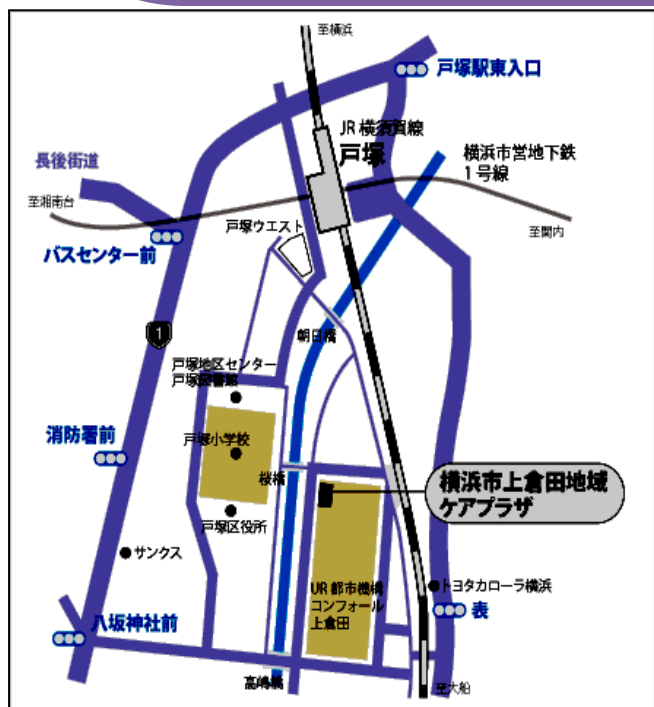
デイサービスでは、ボランティアさんを募集しています。

利用者様に寄り添ってくださる方をお待ちしています。

時間は10時～16時のうち都合のよいお時間で利用者様のお話し相手、浴後のドライヤーかけ、お茶出し、外出レクリエーションの参加など

電話 045-865-5700 担当 鬼島・橋本

ヨコハマいきいき  
ポイント対象



## ケアプラザ案内図

～お申込・お問い合わせ～  
横浜市上倉田地域ケアプラザ

横浜市戸塚区上倉田町 259-11

電話：045(865)5700

相談用：045(865)5701

FAX：045(865)5711

E-mail：[kamikurata@hirakukaicp.or.jp](mailto:kamikurata@hirakukaicp.or.jp)

地域ケアプラザは、様々な住民の暮らしやすい生活を支援する地域の福祉施設です。

ケアプラザには、福祉保健相談窓口があります。住民の方の生活を豊かにする講座を行ったり、高齢の方が利用するデイサービスや、介護保険に携わるケアマネジャーがいます。

これらの機能が連動して、地域に住む様々な方への支援をしていきます。

ケアプラザは「変わりゆく戸塚」を、住民と同じ目線で見つめていきます。

さくらだよりは、下記のHPでも見る事が出来ます。

[http://www.hirakukaicp.or.jp/careplaza\\_kamikurata/index.html](http://www.hirakukaicp.or.jp/careplaza_kamikurata/index.html)