

第32回福祉まつり「地区社協感謝デー」開催報告

(実行委員長 峰松雅子)

新型コロナウイルス感染症の5類移行を受けて、4年振りに地区社協感謝デーを11月3日(金・祝)に開催しました。当日は、大勢の住民の皆さまにおいでいただき、楽しい1日を過ごすことができました。

早朝から設営等にご協力くださいました関係諸団体・ボランティアの皆さまありがとうございました。

◎模擬店

おでん(民見協)、カレーライス(社協)、
駄菓子・小物(中央学童)、お菓子・飲み物(PTA)

◎アトラクション参加団体

若葉太鼓、若葉台おどり連、霧が丘高等学校吹奏楽部



ふれあいフェスティバル「障がい児・者理解コーナー」

(副会長 峰松雅子)

11月5日(日)～11日(土)まで、若葉台文化祭に、障がい児・者理解コーナーで参加致いたしました。おかげ様で来場者600名を越える方々においでいただくことができました。この障がい児・者理解コーナーに作品を展示協力して下さった学校、施設の指導者の皆さまありがとうございました。



Wakka



若葉台文化祭

また、今年度は旧西中までおいでいただくことができない方々にも、素晴らしい作品を見ていただきたく、11月12日(日)～17日(金)まで、ショッピングタウンわかばにある「わかばダイバーシティスペースWakka」にご協力をいただき開催をしました。

《賛助金のご協力のお願い》

(会長 熊谷善友)

地区社協は『困ったときに声をあげられる雰囲気のあるまちづくり』を目指して、関係諸団体と連携して、子ども、高齢者、障がい児・者をはじめ、地域で暮らす誰もが心豊かに生活できるように福祉活動の充実に取り組んでいます。皆さまからの賛助金は、地区社協の諸活動と地域福祉ボランティアグループ、障がい当事者グループを支援する等に活用しています。活動主旨にご理解をいただき、ご協力をお願い申し上げます。(2024年1月実施予定)

若葉台なんでも相談

～おしゃべりテレフォン～

●いつできたの？

2006年若葉台地区社協が住民の困りごとの相談窓口として立ち上げました。発足から17年経ちました。

●運営費は？

旭区ふれあい助成金(赤い羽根共同募金)と地区社協の助成金で賄われています。

●相談にのってくれる人ってどんな人？

電話相談に必要な研修を受け研鑽を積んだ者がスタッフとして対応しております。守秘義務を守ります。

●どこでやっているの？

若葉台地域ケアプラザ 2F
月・水・金 10時～16時

●どんなことをやっているの？

- 事業内容
- ① 電話相談
 - ② 来所の対面相談
 - ③ 声の訪問



**若葉台
なんでも
相談**

〈なんでも相談〉
地域の方々からの身近な困り事やお問い合わせに対して お電話や対面で 相談をお受けしています。
「誰かに聞いてほしい」時どうぞ。

〈声の訪問〉(無料登録制)
月1～2回ごちからお電話します。お話をしましょう。
※お宅に直接伺うことはいたしません。
守秘義務のもとに活動しています。

月・水・金曜日 午前10時～午後4時
電話・FAX 045-924-4560
(若葉台地域ケアプラザ内)

相談員募集中 私たちと一緒に地域の相談員になりませんか？
みなさんのご協力をお待ちしています。

なんでも相談は 旭区・若葉台地区社協のふれあい助成金で運営されています。

↑ チラシ
ケアプラザでもらえます

← 相談

たとえば？



散歩していたら金木犀のいい香りがして気持ちよくて！



夫が亡くなり息子と同居になりそう。。。悩むわ



声の訪問とは

- ♥スタッフが電話をさせていただきます。好きな話(世間話でも愚痴でも！)ができます。
- ♥電話登録して頂いて利用できます。月1～2回スタッフが電話をさせていただきます。
- ♥ご自宅に伺うこともありません話した内容も守秘義務のもとプライバシーを守ります。

問い合わせ: 045-924-4560

17年経ち相談内容も高齢化に伴い変化しております。

相談内容に応じて若葉台地域ケアプラザやまちづくりセンター、その他のサービス機関を紹介し、また悩みごとの相談などは共に考え話すことで迷い、気持ちの解消のお手伝いをしています。これから特に力を入れていこうと考えているのは「おしゃべりテレフォン」です。今日一日誰とも話していないという声が聞こえてきます。

相談ごとだけでなく気軽に「おしゃべり」を！いつでもお電話ください。
そんな窓口です。

みんなの居場所

若葉台 フレイパーク

みなさんの寄付で運営しています



けがと弁当 自分持ち



プレイパークとは

- ★「自分の責任で自由に遊ぶ」をモットーに、禁止事項を極力なくした誰でも自由に参加できる外の遊び場です
- ★「けがと弁当は自分持ち」…子どもたちの「やりたい」という気持ちや発想を大切に、余計な口や手は出さず見守っていきたくと思っています。ご理解とご協力をお願いします

プレイパークでは、焚火をします。

火は人にとってとても大事なもので、生活にかかせないものです。プレイパークでは、子どもたちが遊びの中での火の体験を通して、火の温かさ、恐ろしさ、偉大さ、ありがたさ・・・を実感することはとても大切なことと考えています。



若葉台フレイパーク活動運営委員会

若葉台子ども青空キッチン「グリーン・グリーン」と一緒に活動しています
おわんやおはしは持って来てね



《医療・健康講座》

『お薬と健康食品について(2)』

(横浜調剤薬局店長 長曾部葉子)



このところ寒い日が続きますが、体調はいかがですか？

この時期は体調も崩しやすいですし、インフルエンザも流行しておりますので、感染対策を継続していく様にしましょう。

さて、今回も『健康食品(サプリメント)』についてです。

ビタミン類の健康食品は、飲みやすく、健康維持や美容のためなど利用する人が多いと思います。ビタミン類でもお薬と合わせて服用することで体に負担をかける場合があります。例えばビタミンDはカルシウムの吸収促進のために治療薬として医師から処方されることがあります。そこに健康食品(ビタミンD、カルシウム含有のもの)と合わせて飲むと過剰になり、血中のカルシウムが上昇し体調に異変がでてしまう場合もあるかもしれません。また、手足の血流を良くするビタミンEは血液の流れを良くするお薬と合わせて飲むことで、副作用である出血傾向が高まる可能性があります。他ビタミン類においてもお薬と合わせて飲むことで、お薬の効果を弱めたり、強めたりする場合があります。健康のために飲んでいるビタミン類で、お薬の効果が強くなったり、弱くなったりでは各々の利点がなくなってしまいますね。

また健康食品の中には主成分以外に補助的に含まれる副成分(メディカルハーブも含む)もあります。主成分はお薬との組み合わせに問題ない場合でも、副成分の中にはお薬に影響が出る可能性があるものもあります。例えば、膝の痛みには効果があるとされる健康食品の中に、抗炎症効果があるメディカルハーブも含まれることがあります。この成分が含まれることで痛みの緩和効果は上がりま

すが、血液の流れを良くする作用もあり、血液の流れを良くする薬と合わせて飲むと出血傾向が強くなることや、それ以外のお薬との相互作用がでるといわれています。更に、体内の免疫系を活性化する作用も考えられているため、自己免疫疾患のある方には病状を悪化することもありますので注意が必要です。

この様に健康食品を利用する場合には、含まれる全ての成分について考えることが必要です。そのため、健康食品を購入される場合には含有成分をしっかりと記載してある製品を選ぶことが大切です。利用しようとする健康食品がお薬やご自身の体調に影響ないか、いつでも相談にきてください。お待ちしております。

《振り込め詐欺にご注意を！》

(2023年12月12日現在の被害総額、暫定額)

旭区 52件、約15900万円

※若葉台は6件、気をつけましょう。

※電話機は留守電モードに!



《今後の予定》

- 移動サロン「ほっこり」(1月9日)
- サロンみんなあつまれ!!(1月12、23日)
- プレイパーク(1月27日)

イベント開催案内

若葉台地区社会福祉協議会では、若い世代向けに、以下のイベントを実施予定です。

「Wakkaで勉強!!」 中学生向け
1月16日(火)～1月29日(月)

「Wakkaで勉強!!」 中学生向け
2月6日(火)～2月21日(水)



【編集後記】

コロナ5類移行にともない、様々な地域行事が復活してきましたが、行事の担い手不足が課題として浮かび上がっています。少子高齢化が顕著な若葉台でも、ここは一番、智慧の出し処といえます(中)

《編集委員》入江ゆきよ、奥村利夫、熊谷善友、瀬戸久美子、中野和巳、峰松雅子(五十音順)

※社協だよりへの掲載記事を募集しています。ご希望の方はお近くの地区社協役員または右記QRコードから願います。

