

若葉台地区社協だより

令和元年6月29日 No.123
発行／若葉台地区社会福祉協議会
会長 熊谷 善友
旭区若葉台3-2 連合自治会館内

5月5日 第17回多世代交流 「みんなあつまれ」開催

(子育てささえあい連絡会会長 三村治子)

10連休の影響を案じていた中、こどもを中心とした多世代交流を晴天の味方もあって、けがなどの問題もなく終わることができました。

少しでも多くの参加を直接呼びかけるために親達の声を聞いて協力を仰ぐことにしました。

「ストライダーで風をきって走るこども達」

今のこども達の人気のペダルなしの自転車です。このコーナーは親達の声から生まれました。早くから自前の



ストライダーを持ち込み、乗り回していたこどもたち。一人の祖父ともおもえる方がこども達の交通整理を、終わる頃ま

でされていました。お疲れ様でした。また、その様子を安全面で見守る実行スタッフ。多くの人に見守られて、開催されていることに感謝でした。

「みんなのおやすみどころ」のテントの設置

こどものオムツを替えたり、授乳したりできる場所があればいいね！が親達の声でした。風も入り親子だけでなく多世代が利用していました。

中学生と電子顕微鏡ミクロを観る会の方々の野草

中学生が列を整理しながら野草の説明しているその裏側で、地べたに座り込んで暑い日に熱い野草を揚げている電子顕微鏡ミクロの会の方々に頭が下がりました。

手作り飛行機に色づけして

手作り飛行機にひとつひとつ手描きで色づけ、本当はその場所で飛ばせればこども達にもっと伝

わったことでしょう。聞けば毎朝、公園で飛行機を飛ばして楽しまれているとのこと。

その他のコーナー

青少年指導員の竹トンボなどの手作りコーナーで歓声を上げるこどもたち。シャボン玉は池側の端に移り絶え間なくシャボン玉が彩っていました。輪投げは3台とも賑わっていました。和太鼓と踊りを綿菓子をはうばりながら鑑賞、あいかわらず



綿菓子は盛況でした。折り紙、鯉のぼり、かぶとづくりはテントの中、笑い声が飛び交っていました。コマなどのコ

ーナー。顔なじみのスタッフも健在で関わっておられました。5月5日こどもの日の多世代交流が今後も続けられる事を願っています。

第25回若葉台高齢者交流会

(実行委員長・副会長 峰松雅子)

6月2日(日)ほどよい曇り空の中、若葉台中学校体育館にて開催致しました高齢者交流会に、かがやきクラブの総勢340名の参加者が、歌・踊り・詩吟・フラダンスなどの日頃の練習の成果、13の演目が披露されました。



各クラブそれぞれの持ち味を発揮して、楽しい交流会ではなかったでしょうか？

皆さまの笑顔が伝わってきました。

開催するにあたり、中学校の生徒さん達の床シート張り、まつりの会の舞台装置、のこのこの会の送迎、その他多くの皆さまのお手伝い・協力の

おかげで行う事ができたことを実行委員・スタッフ一同感謝申し上げます。会の始まりに舞台照明が暗くご迷惑をおかけしました。その後の流れは、舞台発表も時間どおりで、ベテラン司会者でスムーズに進行することが出来ましたことも、すべての方々のご協力のおかげでした。

11時の開会の挨拶から始まり、午前中は7演目、昼食休憩時間では、各かがやきクラブ会長と各自治会会長の紹介のあと、旭区福祉保健センター



一岡ノ谷センター長、連合自治会山岸会長に挨拶をいただき、午後の部の6演目と、3時間の

長時間元気いっぱいの交流会でした。閉会の挨拶の後、皆さまが楽しかった、良かったとの笑顔の声を聞きながら、お別れするお互いの声かけが、来年につながる交流会だと強く感じました。かがやきクラブの皆さま来年もお待ちしております。

第33回若葉台地区社協定期総会

(会長 熊谷善友)

若葉台地区社会福祉協議会の第33回定期総会を5月11日(土)に若葉台地域ケアプラザにおいて、来賓に旭区役所税務課猪狩有樹担当課長、旭区社会福祉協議会若尾恵子事務局長、若葉台連合自治会山岸弘樹会長らを迎え開催しました。平成30年度の活動報告では、高齢者福祉活動、子育て支援活動、障がい児・者支援活動、地域交流活動、第3期旭区地域福祉保健計画、ボランティア団体への支援・助成金等について報告しました。2019年度の活動方針では、これまでの活動に加えて、関係団体への働きかけを強化して地域福祉課題の解決に向けて推進することを報告しました。



て、来賓に旭区役所税務課猪狩有樹担当課長、旭区社会福祉協議会若尾恵子事務局長、若葉台連合自治会山岸弘樹会長らを迎え開催しました。平成30年度の活動報告では、高齢者福祉活動、子育て支援活動、障がい児・者支援活動、地域交流活動、第3期旭区地域福祉保健計画、ボランティア団体への支援・助成金等について報告しました。2019年度の活動方針では、これまでの活動に加えて、関係団体への働きかけを強化して地域福祉課題の解決に向けて推進することを報告しました。

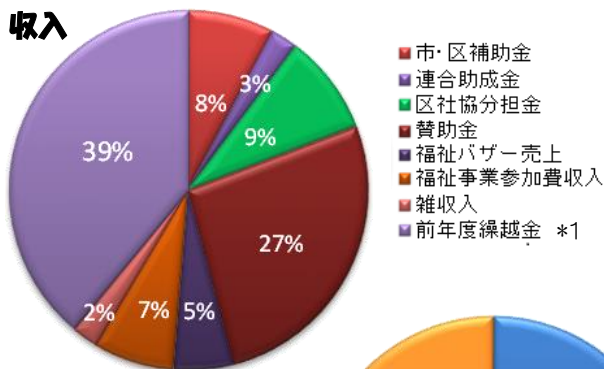


最後に令和元年に新たに理事になられた方々を紹介して締めくくりました。

左から、菅尾様(連合)、畑中様(ゆりのき)、小笠原様(PTA)、田村様(かがやきクラブ)、峯岸様(とちのき)、塩野様(もみじ)

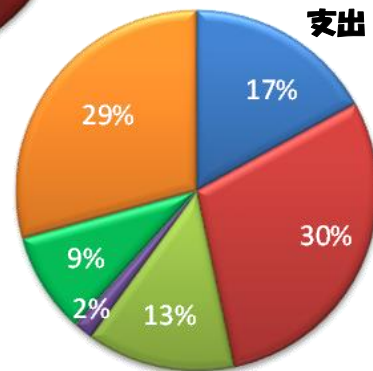
以下に、了承された総額約410万円の2019年度予算をグラフ化したものを掲載します。

収入



- 事務関係費
- 事業費 *2
- 福祉団体助成金
- なんでも相談電話料
- 区社協分担金
- 予備費

支出



*1: 前年度繰越金～翌年度の賛助金募集までの事業費、福祉団体助成金等に充当
*2: 事業費～高齢者交流会、孫子老の日、地区社協感謝デー、みんなあつまれ等

《健康講座》

健康で快適な生活のための “足の見直し” その2

(ウォーキングフィールドアルク 森隆司)

社協だよりNo122(平成31年4月)号では、「足の不調はかかとの歪み」、インソールによる矯正の重要(⇒4ページへ続く)

若葉台のショッピングタウンにある
ウォーキングと足の専門店

スポーツ シティウォーク ハイキング等

シューズ/ウェアなどの販売

足の相談やインソールの作成

ウォーキング体験会

フットケア

その他・グラウンドゴルフ用品の販売

ウォーキングフィールド アルク

ショッピングタウン内駐車場有 2時間無料

横浜市旭区若葉台 3-3-1 ショッピングタウンわかば内 TEL&FAX 045-744-9859

若葉台地域ケアプラザってなーに？ 第1回

横浜市若葉台地域ケアプラザ

電話 923-8831

FAX 923-8835

このたび、『若葉台地区社協だより』に寄稿する機会をいただきましたので、ケアプラザの役割についてお話させていただきます。

地域ケアプラザは、誰もが住み慣れたまちで安心して暮らせる地域をつくるための拠点として、横浜市が独自に設置している公共の施設です。ご高齢の方、お子さん、子育て中の方、障害のある方をはじめ、地域にお住いのすべての方がご利用できます。平成11年（1999年）4月1日に開所し、今年20周年を迎えました。

若葉台地域ケアプラザには、地域包括支援センター、居宅介護支援事業、通所介護事業（デイサービス）、地域活動交流事業、生活支援体制整備事業の5つの部署があります。

今回は地域包括支援センターについて詳しくご説明します。

地域包括支援センター

横浜市から業務委託を受け事業を行っています

「高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らせるよう総合的な支援をする機関」として全国的に配置されました。地域の皆さんから相談を受けて**介護・福祉・健康・医療**など様々な面から総合的な支援・情報提供を行っています。

介護保険の申請を区役所まで行かなくても、地域包括支援センターで行うことができます。またご自宅に伺って申請手続きを行うこともできます。

社会福祉士
主任ケアマネジャー
保健師

各専門職が協力して
ご相談に対応します



悩み事の相談をお受けしています



病気の夫を一人で
どう介護したら
いいのかしら・・・。

自立して生活できるよう支援します



なるべく元気でいたい
けど、最近こもりがち。
何かできないかな。

みなさんの権利を守ります



最近、父がお金を管理
できていないみたい。
変な勧誘も多いし心配。

さまざまな方面から皆さんを支えます



母の退院が決まった。
お風呂場に手すり
が欲しいな・・・。

相談員が不在の場合もあるため、来所される場合は事前にご連絡ください。
電話でのご相談も可能です。どうぞお気軽にご連絡ください。

(⇒2ページから続く)

性を述べさせて頂きました。今回は足と靴を繋ぐソックスについて記してみます。「歩く」という動作は如何に足から地面までを機能的に作用させられるかで、まったく違った動きに変わります。キッチリ作用すれば快適に歩けますが、靴の中で足が遊んだり滑ったりすると足にはかなりの負担がかかります。そう考えれば、地面から足までは「シューズ」「インソール」も大事ですが、さらにもうひとつ重要な要素があることをご存知ですか？

そう、それは「ソックス」です。ソックスは足とシューズの大事な密着点なのです！！ 足とシューズを密着させる大変重要な要素なのです。シューズはご自身の足に合わせたのにその密着点のソックスが合っていないければ完璧なフィッティングとは言えません。“ぴったりのズボンにダボダボの下着”では気持ち悪いですね。フィットしていないソックスを履くと、脳は「足が滑っている」と勘違いをして足の裏に余計な緊張をさせてしまいます。これが疲れや痛みの要因になります。足はある程度締め付けがないと年齢と共に崩れを生じます。足の崩れは靴を履いていない家でもおこります。畳の帯に足を引っかけて転んだりする原因にも繋がります。

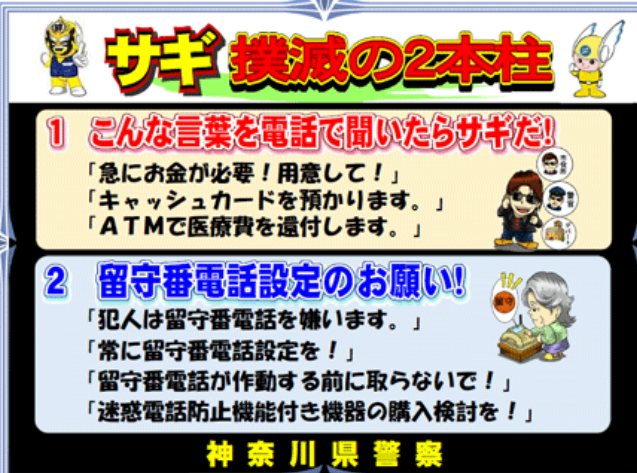
そのような問題を解決すべく開発されているのがスポーツ用高機能ソックスです。高機能ソックスは適度な締めつけ効果で足の崩れを抑制します。ウォーキングフィールドアルクでは、高機能ソックスを多数用意しております。それぞれの種類により特徴や利点が違います。あるソックスは「部分的に厚みをつけてクッション性をだしている」もの、また「かかとの歪みを矯正するインソール使用と同じ効果で体幹を整えるもの」、「左右立体成型で今以上にフィット感をもたせたソックス」、

スポーツサポーターメーカーでは「部分的な締め付けで形を抑制するもの」など機能は様々です。又、スポーツクラブなどで「滑り止め」付など必要な場合や、あまり締め付け感無くずれにくいソックスなどもあります。

足に疲れや痛みでお悩みの方は一度ソックスをチェックしてみる事をおすすめします。

一般社団法人 全日本ノルディックウォーク連盟
公認指導員 森 隆司

《振り込め詐欺にご注意を！》



サギ撲滅の2本柱

1 こんな言葉を電話で聞いたらサギだ!
「急にお金が必要！用意して！」
「キャッシュカードを預かります。」
「ATMで医療費を還付します。」

2 留守番電話設定のお願い!
「犯人は留守番電話を嫌います。」
「常に留守番電話設定を！」
「留守番電話が作動する前に取らないで！」
「迷惑電話防止機能付き機器の購入検討を！」

神奈川県警察

(2019年5月31日現在の被害額、暫定値)

旭区 27件、3400万円

※若葉台で1件発生しました。

※電話機は留守電モードに！



《今後の予定》

- 孫子老の日 (9月21日)
- 地区社協感謝デー (11月3日)
- 障がい児・者理解作品展 (11月10日～)

わかば内科クリニック

診療科目 内科一般・消化器・循環器内科・在宅医療

診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝

9:00~13:00 ● ● ● ● — ● —

15:00~18:00 ■ ■ ■ ■ — ■ —

※横浜市健康診査、大腸・前立腺がん検診を行っていますのでお気軽にご相談ください。

●は外来診療 ■は在宅医療 休診日：金・日・祝
若葉台4-12-105 ☎045-465-4897

【編集後記】

新緑の5月、元号も「令和」に変わり新時代の幕開けとなりました。これから歩む一日いちにちを大切に、暮らしやすい若葉台を目指し活動してまいります。社協だより123号、ゴロ合わせ良くホップ・ステップ・ジャンプ、令和元年第1号をお届け致します。(と)

《編集委員》阿部昭子、入江ゆきよ、太田正廣、奥村利夫、熊谷善友、東海林知子、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下記メールアドレスまでお願いします。

Mail: wakabadai.chikushakyou@gmail.com