# 若葉台地区社協だより

令和3年2月27日 No.133 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

# 第4期旭区地域福祉保健計画取組み(きらっとあさひプラン)

第4期旭区地域福祉保健計画(計画期間:令和3年度から令和7年度)「きらっとあさひプラン」は、旭区で生活・活動している「すべての人」が健康でしあわせな生活を送れるまちを目差し、行政はもとより、地域で住みよいまちづくりに取り組まれている関係諸団体と協働し、地域住民が主体となって、共に力を合わせて取り組む計画です。若葉台地区社協では、「見守り」、「参加できる機会」、「居場所づくり」、「啓発」をテーマに地域福祉保健計画を推進しています。

### 『困ったときに、

声をあげられる雰囲気のあるまちづくり』 地域には価値観、考え方の違う人など、いろいろな人 がいる。そして、いろいろなかかわり方がある。困っ たときに声を上げ、それを受け止めることができる 地域が、私たちが描く地区の未来図です。

## ≪旭区社会福祉協議会 社会福祉功労顕彰受賞≫

# 地域福祉功劳 三村治子様

若葉台乳幼児学級を主宰し、子育て中の母親の 学びの場・交流の場の提供をはじめ、初代旭区 主任児童委員連絡会代表として、今日に至る活

動の礎を築かれました。また、子育てささえあい連絡会会長として地域の各組織と連携し、子育て支援の活動を幅広く行ってこられたことが評価されての受賞となりました。



### 地域福祉功労 瀬戸久美子様

主任児童委員就任後に、子育て中の親子を中心 とした多世代交流の場である「サロンみんなあ つまれ!!」を支え、今は代表として、保護者 にも住民にも信頼されて、活動を継続されています。主任児童委員退任後の今年度からは、地区社協事務局員としても活動されており、幅広い人脈を活かしての活動が評価されての受賞となりました。



### 特別功労 小林智子様

ハンディキャップのある子ども・家族・ボラン ティア等が交流活動に取り組んでいる「テクテ クの会」の当事者の親として中心になって活動

されており、10年前からは地区社協 理事として、障がい者理解活動にも積 極的に活動され、今年度は地区社協で 取り組む中途障がい児者等の為の活動 でも副部長として活動されていること が評価されての受賞となりました。



# ≪移動サロン「ほっこり」≫

新型コロナウイルス感染拡大防止のための緊急事態宣言発出中ではありましたが、飛沫感染防止パーティションを設置して、感染防止策を徹底し、また、横浜調剤薬局様にご協力をいただき、2度目の「お薬相談会」を併設して開催しました。当日は122年ぶりの2月2日節分の日で、朝まで雨が降っており開催が危ぶまれましたが、開催時間には陽射しもあり、立春前とは思えない穏やかな日和に恵まれました。

そのためおままに かさされていまれていました。 そして、おくにも多いにない。 が訪れていまれて、薬のした。 をされていました。



2月2日のお薬相談会併設の「ほっこり」風景

#### 若葉台の病院・診療所



旭中央総合病院(4-20)	921-6111
若葉台診療所(1-3)	921-1300
若葉台クリニック(1-3)	921-3700
ゆみ歯科クリニック(1-3)	921-2800
永田歯科医院(2-22)	921-0216
木村耳鼻咽喉医院(2-22)	921-5812
222内科クリニック(2-22)	924-6200
橋本歯科(3-3)	921-8858
若葉台歯科医院(4-12)	922-0200
わかば内科クリニック(4-12)	465-4897
<b>而本クリニック</b> 緑	977-7500

### 中核病院



横浜市民病院[保土ヶ谷区]

331-1961

みなと赤十字病院[中区]

331-1961

横浜市立大学付属病院[金沢区]

787-2800

横浜市西部病院(聖マリアンナ医科大学)

366-1111

横浜市北部病院(昭和大学)[都筑区]

949-7000

横浜市北東部病院(横浜労災病院)[港北区]

474-8111

### 緊急医療



救急車

(長津田町5293)

119

横浜市救急相談センター 232-7119

又は#7119

急な病気やけがで病院・診療所に行くか、 救急車を呼ぶか迷った時

#### [神奈川県]

中毒情報相談

262-4199

家庭用化学製品(タバコ、洗剤ど)を誤って飲んだり、食べたりした場合の急性中毒についてのお問い合わせ窓口

精神科救急医療相談

261-7070

精神疾患の急激な発症や病状が悪化した方に、必要に応じ、当番医療機関等を紹介する 窓口

[旭区]

休日急患診療所

363-2020

[都筑区]

北部夜間急病センター 911-0088

# करका

•

•

**6** 

**6** 

### 若葉台の薬局

わかば薬局(1-3)

923-1223

ハックドラッグ若葉台(3-4)

922-5492

横浜調剤薬局(3-6)

922-3322

### 認知症疾患治療センター

横浜市総合保健医療センター

475-0103

(港北区鳥山町)

横浜ほうゆう病院

360-8787

(金が谷)

横浜相原病院

270-8059

(阿久和南)

# その他

神奈川県発熱等診療予約センター

0570-048-914

インフルエンザ流行期に、発熱患者等が地域で適切 に診療・検査を受けられるよう、県が指定する「発 熱診療等医療機関」へ診療予約の取次ぎ

横浜市新型コロナウイルス感染症コールセンター 550-5530

発熱・咽頭痛(喉の痛み)・咳以外の症状がある方で受診を希望される方のご相談、一般のご相談



#### 医療相談

横浜市予防接種コールセンター 330-8561

横浜市が実施する定期予防接種のお問い合わせ

地域医療連携センター

201-8712

(横浜市医師会)

横浜市医療安全支援センター

671-3500

(医療安全相談窓口)

よこはま認知症コールセンター 662-7833

こころの健康相談センター

662-3522

# 若葉台地域ケアブラザってなーに? 第11回

横浜市若葉台地域ケアプラザ

電話 923-8831

FAX 923-8835

今回は、介護保険サービス利用の流れについてご説明したいと思います。

高齢化の進展や核家族化の進行などにより介護が社会問題となる中で、高齢者の介護を社会全体で支え合う仕組みとして、介護保険制度が 2000 年 4 月に導入されました。40 歳以上の国民全員が介護保険料を支払い、その保険料や税金をもとに介護が必要な人が 1 割(所得により 2 割もしくは 3 割)の自己負担で介護保険サービスを受けられます。

65歳になると「介護保険被保険者証」が交付されます。しかし、介護保険サービスは、この保険証を提示すれば受けられるものではありません。介護保険サービスの利用を検討する場合は、まず要介護認定を受けて「要介護」または「要支援」の判定をもらう必要があります。要介護認定の申請から介護保険サービス利用開始までの流れは次の通りです。

なお、介護保険に関するご相談は若葉台地域ケアプラザ地域包括支援センターで受け付けています。お気軽にご連絡ください。

# ~ 介護保険サービスを利用するには? ~

### 1. 申請をします

本人またはご家族などが区役所へ「要介護認定」の申請をします。

地域包括支援センター (地域ケアプラザ)、居宅介護支援事業所 (ケアマネジャー) でも代行して申請ができます。

- ※地域包括支援センター(地域ケアプラザ)で申請する場合は、<u>事前にお電話でのご連絡をお願いし</u>ます。相談日時の調整を行います。
- ※申請時には以下のものをご持参ください。
  - ①介護保険被保険者証
  - ②かかりつけ医の医療機関名、診療科、医師氏名が確認できるもの
  - ③印鑑(本人自署の場合は不要)

# 60

### 2. 心身の状態を調査します(認定調査)

区役所や区役所から委託を受けた者が事前に連絡の上、自宅等に訪問し、本人・家族に身体状況の 確認や聞き取り調査を行います。

### 3. どのくらい介護が必要か審査し、認定します

認定調査の結果や主治医意見書をもとに保健・医療・福祉の専門家で構成される介護認定審査会が どのくらい介護が必要かなどを審査・判定します。区は、介護認定審査会の審査・判定に基づき、 要介護度の認定を行います。

### 4. 認定結果通知と介護保険証が届きます

届いたら通知書と保険証の内容を確認しましょう。

要介護状態区分(「要支援 1・要支援 2」「要介護 1~5」「非該当」)、認定の有効期間など。 区分によって利用できるサービスや利用限度額などが異なります。

### 5. 介護保険サービスを利用します

介護保険サービスを利用するにはケアマネジャーが必要です。 まずは、地域包括支援センター(地域ケアプラザ)へご相談ください。

### ≪医療・健康講座≫

# 飲み込むことの大切さ2

(わかば内科クリニック院長 大野力)

前回は年末年始にあたり普段とは違う料理や食事量も増えるといった関連から"飲み込むことの重要性"について述べました。飲み込みが上手くいかず、むせこんでしまうと誤嚥性肺炎の原因となります。自身の行っている訪問診療でも飲み込みについての相談がここ最近多く、今回も引き続いて嚥下(飲み込み)の大切さについてお伝えしようと思います。

今年もお餅を詰まらせて救急搬送といったニュ 一スがありました。食べ物を詰まらせてしまい、そ れが空気の通り道をふさいでしまうと、呼吸がで きなくなってしまいます。近年では、これが原因で 亡くなってしまう方が、交通事故で亡くなる件数 を上回っている現状です。"うまく飲み込めなくな ってきた"、前回も書きましたが、実際に口から食 道まで食べ物がたどり着くためには、様々な工程 を経ることで成り立っています。加齢により歯が 欠けていたり、入れ歯がうまくはまっていない歯 の不具合や、ものを噛む筋肉が落ちてしまうこと で飲み込みに関して支障が出てしまいます。また 歯周病などで口の中の環境が悪いことや、基礎疾 患として糖尿病があるといった一見して飲み込み とは関係がないことも、実は飲み込む上で関係が あります。背景として認知症や高血圧、脳梗塞を患 っている方に多く、中でも認知機能が低下してい るかどうかが影響していることがわかっています。 飲み込みのトラブルを起こす発生場所としては、 家庭、施設がほとんどで、主に食事中に起こってい ます。つまらせてしまう食物については米、パン、

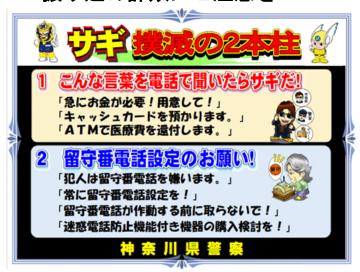
# ボランティア募集

餅といった固形物が大半で、飴などでも起きるの

横浜わかば学園の「カフェわかば」、地区社協の移動サロン「ほっこり」の、お手伝をしていただけるボランティアを募集しています。月に一度、年に一度で結構です。空いている時間にご協力をお願いします。ご協力いただける方はお近くの地区社協理事、担当(080-3712-8457)、または編集後記に記載のメールアドレス迄、ご連絡をお待ちしています。

で大きい小さいは関係なく、どんな食べ物でも原因となるため注意が必要です。しかし食べやすさを考え、一口大のサイズにする、とろみをつける、ゼリー状にするといった食形態の工夫をすることで予防へとつながります。様々な病気もそうですが、まずは早期発見することが大切で、飲み込みに関しても同様です。まずはどのような状態か、家庭での食事場面や生活場面を観察することが重要なので、気になることなどございましたら相談頂ければと思います。

### ≪振り込め詐欺にご注意を!≫



(2021年2月13日現在の被害総額)

旭区 2件、約280万円

※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」 於わかばの広場毎月第1火曜日13~15時 (雨天中止)直近は2021年3月2日開催予定 ※お薬相談会併設(協力:横浜調剤薬局)、

お薬手帳をご持参ください。

#### 【編集後記】

今年も早2ヶ月が過ぎ今年も残すところ10ヶ月となりました。高齢者の仲間入りをしてから月日の経つのがさらに早くなったと感じています。新型コロナウイルス感染拡大防止のため緊急事態宣言が発出されていますが、コロナを正しく理解し感染対策をとって外出をすることで、フレイル予防をしましょう!(く)

《編集委員》阿部昭子、入江ゆきよ、太田正廣、奥村利夫、 (五+音順) 熊谷善友、東海林知子、瀬戸久美子、峰松雅子

※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