

若葉台地区社協だより

令和6年2月24日 No.151
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 連自治会館内

2023年度新規事業報告

令和6年度は、「第4期地域福祉保健計画」の以下の目標を推進するために、2つの事業を推進しました。その事業の途中経過を報告します。

◇地域のだれもが参加のできる機会がある～若い世代目線での地域活動づくり～

◇だれもが気軽にあつまれる身近な場がある～集会所やピロティを活用しただれもが利用できる居場所づくり～

《Wakkaで勉強!!》

《活動趣旨》

中高生の居場所としてWakkaの多様性活動スペース(多世代交流・学習スペース)で中間・期末の試験勉強をする場合に限り、その利用料(中学生100円/日)を補助する活動を実施しています。

《利用状況》

2024年1月末までに中学生向け4回、高校生向け4の計8回開催しました。利用状況は以下になります。

☆中学生 ～ 570名

☆高校生 ～ 42名

※多くの生徒さんが、また利用したいと好評です。



《サロン開催補助金》

《活動趣旨》

各自治会等で開催している既存のサロンを、若葉台全域の誰もが集う場として開放していただく為に、開催回数と他自治会からの参加人数に応じて、その開催費の一部を補助する活動を実施しています。

《利用状況》

今年度は、補助金申請のあった、以下の2団体に補助金を支給し、他自治会からの参加と交流しました。

☆東自治会 ～ 域外参加9名

☆もみじふれあいおたすけ隊 ～ 域外参加24名



東自治会(1-10棟)



おたすけ隊(大貫谷公園)

旭区社会福祉協議会功労表彰受賞

令和5年度は、2団体(若葉台二丁目南子ども会、やまもも文庫)が2月10日開催の「第12回きらっとあさひ福祉大会」で「旭区社会福祉協議会功労表彰」を受賞されました。おめでとうございます。



やまもも文庫
杉田様

※「若葉台二丁目南子ども会」は受賞式欠席の為、写真はございません。

ボランティア募集

若葉台地区社会福祉協議会では、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」、「ふれあい花壇」のお手伝いをしていただけるボランティアを募集しています。一月に一度、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。

若葉台地区社会福祉協議会では、皆様への広報活動を更に推進する為に、ホームページとX(旧Twitter)で情報発信を強化しています。是非ご覧ください。また、ご要望等がございましたら、HPよりお寄せください。



若葉台の福祉活動団体紹介 (12)

友愛活動部会について

若葉台には9つの老人クラブがあります、各老人クラブには凡そ1棟に一人程度の旭区から委嘱された友愛委員がいます。友愛委員は友愛活動として老人クラブに入会している方々を対象に、居場所の提供、安否確認、生活支援をおこなっています。

今回は各クラブが行っていることをご紹介します。

連絡先 もみじ会田村 090-6519-0819

やまもも会 4丁目1棟~6棟



毎月第4金曜日(原則)午前10時から11時過ぎ迄、やまもも集会所の洋室AとBを利用して会員10名が音楽に合わせて、軽やかに?ステップを踏んでフマネットを楽しんでおります。

むつき会 1丁目1棟~7棟



講師の指導で健康体操を楽しむ「若葉台むつき会」会員

「若葉台むつき会」の月例会の写真です。みずき集会所で毎月、月例会を開催しています。30名程の参加者が集まり、情報の伝達、外部より講師を招き健康講話及び体操、皆で懐かしい歌を歌ったり、誕生月の方には誕生日プレゼントを差し上げてお祝いをしています。

ゆりのきむつみ会 4丁目7棟~13棟



ゆりのきむつみ会お一人様のお一人暮らし、昼間一人の方を対象として月に1回近況報告、世間話を行う懇親会を開いて

います。

もみじ会 4丁目28棟~32棟



もみじ会は毎年4半期の末月に誕生会をあげほの集会所でひらき、会員の皆様の健康をお祝いさせていただいております。誕生会の対象者にはお花をプレゼントしています。

くぬぎ会 2丁目2棟~6棟、20棟~26棟



11月27日(月)にくぬぎ会主催のバス旅行を開催、紅葉の能仁寺と清園園蜻蛉亭でのお食事を楽しみ、最後は小江戸川越の散策とお土産クーポン券を利用してのお買い物で大満足!!の一日でした。

朝はゆっくりの8:45に地区センター前に集合、天気にも恵まれての出発です。途中は渋滞もなく厚木PAでの休憩で身も心もスッキリ。11時には目的地の能仁寺へ。お寺の境内を見て廻り1時間の紅葉狩りを堪能しました。丁度お腹もソロソロと思ったら5分で蜻蛉亭に到着し、大広間の椅子席に47名が揃ってのお食事。こんな美味しい贅沢な料理は初めてという人や、中にはビール・お酒を頼んで盛り上がる人も。満足の後はうつつら?していたら最後の川越へ到着。時の鐘、蔵の町並みを散策したり、プレゼントされたクーポン券を使い切ろうとお店のはしご。帰りのバスの中は映画「寅さん」で、少しの渋滞も気にならず無事若葉台に帰着しました。

さくら会 4丁目14棟~24棟



12月21日とちのき集会所にて毎週行っている「木曜会」でクリスマス会を開催し参加者は22名でした。

1.クリスマスソングをみんなで斉唱

2.「自分の名前」でのピンゴゲーム
皆さん楽しいひと時を過ごすことができたのではないかと思います。

やまゆり会 3丁目2棟~8棟



やまゆり会友愛活動では、屋外でのサークル活動として、グラウンドゴルフ同好会(二水会)を会員13名(男子:6,女子:7)で、毎週月、水、金と週3日間活動しています。高齢化が進み、会員数が減少しつつも、8割が80歳以上で、暑い日や、寒い日でも皆さん元気に活動しています。

ゆずりは会 1丁目8棟~12棟



「ゆずりは会」は高齢者の身近な問題について毎年6月・9月・10月11月に「ケアプラザさん」の協力を得て外部から講師をお招きして出前講座を開いております
6月「相続について」(行政書士)
9月「介護保険について」:
10月「いつまでも生き生きと暮らすために」
11月「ケアプラザとは」の題目で講演会を実施いたしました。

北けやき会 2丁目7棟~19棟



お誕生会
・3ヶ月毎に開催
・出席者にはその場で紅白饅頭を贈呈
・欠席者には役員が安否確認を兼ねお届け

ご存知ですか？

よこはまシニアボランティアポイント

●よこはまシニアボランティアポイントとは？

横浜市が実施する介護保険制度による事業です。

●よこはまシニアボランティアポイントに登録するには？

登録できる方は**満年齢が65歳以上の横浜市民**（介護保険の第1号被保険者）です。また、登録を希望する方は、横浜市又は横浜市が認定した研修講師のいる施設が開催する**登録研修会に参加**し、登録する必要があります。

若葉台地域ケアプラザでも、定期的に登録研修会を実施しています。

ボランティア登録や活動のご紹介も行っています。

登録研修会に参加いただいた後、ボランティアポイント事業に登録するとポイントカードが発行されます。このポイントカードは、ボランティア活動に出向く度に使うこととなりますので、大切に保管して下さい。



●ポイントについて

横浜市が指定した受入施設等でボランティア活動を行うと、ポイントが付与されます。付与されたポイントは「換金」または「寄付」をすることができます。

年に一度（3月上旬頃を予定）登録されたボランティアの方全員に換金手続き等についてのお知らせが送付されます。

若葉台地域ケアプラザでは、様々なボランティア活動を紹介しています。
ご興味のある方はぜひお問合せください。

【 ケアプラザの福祉・保健に関する相談について 】

月～土：9時～18時 日・祝：9時～17時 （休館日：12/29～1/3）

- ※ 介護保険申請やご相談をされる場合は、相談(045-923-8833 相談用窓口)にお電話をいただき、予約をお取りください。
- ※ 上記以外の時間帯のご相談電話（045-923-8833）は看護師等が対応する相談専用コールセンターに転送されます。
- ※ オンラインによる相談にも対応しています。
ホームページの問合せフォームよりメールにてご相談ください。 >>>>>



若葉台地域ケアプラザ
ホームページ

《医療・健康講座》

『大人の食物アレルギーについて』

(横浜調剤薬局 長曾部葉子)



大人の食物アレルギーってご存じですか？ 私が大人の食物アレルギーについて知ったのは、ある方から『サーファーには納豆アレルギーがあるらしいけど、知っている？』と質問された時でした。発酵食品である納豆は一般的にアレルギーを起こしにくいとされているので納豆が嫌い？ という事かなと勘違いしながら大人食物アレルギーについて調べてみたら、私がメロンを食べると、のどがイガイガすると感じていた原因も解明されて驚いたことを覚えています。

では何故サーファーの方が納豆アレルギーになるのでしょうか？ その原因はクラゲでした。納豆のねばねばに含まれるPGA(ポリガンマグルタミン酸)という物質が原因でアレルギー反応を起こすのですが、クラゲにもPGAが含まれております。クラゲの触手が標的に触れ、毒針を刺す時にPGAを生み出すことが分かっている、クラゲに繰り返し刺されたサーファーは皮膚からPGAを体内に取り込み、やがてアレルギー反応を起こしやすい体質になっていきます。そこに納豆を食べPGAが体内に入ると、体はアレルゲンが侵入したと認識してアレルギー反応を起こすことになるのです。この様に構造が似ているアレルゲンを体が異物と勘違いし、過剰なアレルギー反応を起こすことを『交差反応』と言います。

この交差反応は他にもあります。これからの季節に関わりのあるものとして、花粉症と食物アレルギーをあげてみましょう。私がメロンを食べると、のどがイガイガする食物アレルギーを起こす様に何故なったのかは分かりませんが、実は花粉と野菜や果物との間でも間違ったアレルギー反応を起こす交差反応があるようです。例えばカバノキ科(シラカンバ)花粉症ではリンゴ・桃・サクランボ・大豆に。キク科(ブタクサ)ではバナナ・メロン・スイカ・キュウリなど。スギ科ではトマト以外にあまりないとされていますが、最近では桃・リンゴ・オレンジと

の交差反応を起こすのではないかとされているそうです。多くの方は、のどがイガイガするという症状で終わりますが、大豆アレルギーが出る様になると、豆乳・もやしなど食べられない食材が増え、アレルギー症状が強くなる場合もあるので注意する必要があります。

自分がアレルギーかなと感じたら自己判断せず、医師に相談してみましょう。食べられない食物を認識することも大事ですし、また加熱すると食べられる場合があります。これらの事例以外にも交差反応はありますが、ここまでにごさせていただけます。

何か気になることがありましたら相談にきてください。

《振り込め詐欺にご注意を！》

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

(2024年1月31日現在の被害総額)

旭区 2件、約49万円

※若葉台は0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」(3月5日)
- ▶ サロンみんなあつまれ!!(3月8、26日)
- ▶ プレイパーク(3月23日)
- ▶ 裕楽会(3月31日)

【編集後記】

先日の大雪。あー降っちゃったよ、と恨めしく思った翌日のこと。雪かきで積み上がった雪を歓声をあげながら滑り降りる子どもたちや雪合戦で大騒ぎしている子どもたちに出会いました。わたしだって、子どもの時は雪が降ったらワクワクしてたんだゾー。(ゆ)

《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。



腰痛 肩こり 膝痛 は

サニタ鍼灸整骨院

にお任せください!

— マッサージ治療、鍼灸・矯正治療、美容鍼 —
・各種保険取り扱い ・交通事故治療

受付時間 午前9:00~13:00、午後15:00~19:30
土日祝も営業しています。 定休日:毎週火曜日

住所:旭区若葉台3-3-1 葉屋さん HAC 裏 TEL:045-489-4004

本紙をお持ちで初診の方は自費治療を半額でお試しできます
※別途初診料が必要となります。お一人様1回限り