

若葉台地区社協だより

発行/若葉台地区社会福祉協議会 会長 太田 正廣

若葉台3-2 連合自治会館内



若葉台地区社会福祉協議会 第39回定期総会

若葉台地区社会福祉協議会第39回定期総会が2025年5月10日10時から約1時間半にわたり、若葉台地域ケアプラザにて開催されました。当日、服部議長・坂田書記が総会会場から選出されました。瀬戸地区社協事務局長補佐より出席24名、委任状による出席15名の合計39名の出席があり、代議員57名の過半数29名を超えており総会が成立しているとの報告があり、服部議長から総会成立が宣言されました。引き続き、門・旭区役所担当係長、工藤・旭区社会福祉協議会事務局長、菅尾・若葉台連合自治会長から地区社協定期総会開催への祝辞をいただいた後に、第1号議案から第5号議案について審議が行われました。

社協役員から各議案説明の後、出席者から多くの質問があり、出席代議員から繰越金額についての質問がありました。コロナ禍時期に通常行事が開催できなかったこと、また従来開催されていた孫子老の日・高齢者交流会の地区社協にとっても大きな行事也未開催のために、繰越額が膨らんだと会長から回答しました。小規模でも独高齢者への見守りや子育て世代などへの支援の仕組構築への支出を検討したいと提案しました。また会計締切日・みんなあつまれ・総会開催日が集中しており、開催準備がタイトな点も指摘しました。そして、なんでも相談電話料は、予算に対して決算額が少ない理由に関する質問については、インターネット料金が昨年まで社協で支払っていたが、年度途中からケアプラザ wi-fi を使用できるようになり、その分予算より支出が減った為であると

担当者から回答がありました。既存サロン支援ではこれまで活用していた補助金がなくなり別の助成金を使うと説明が書かれていますが、今までとかわらない補助金が受けられるのか質問があり、サロン開催補助金事業は当初の見込みのような広がりが見られなかった為、事業が廃止しましたが、地域福祉活動助成金を利用することで昨年度までと変わらない補助金が受けられると事務局長から回答がありました。以上の質疑応答の後、第1号議案から第5号議案の全てが承認されました。(会長 太田 正廣)

2024 年度収支報告(一般会計)

	項 目	予算額(A)	決算額(B)	予算比(B-A)
収入	補助金・助成金	488,000	488,000	0
	区社協分担金	352,730	349,440	△ 3,290
	賛助金	1,000,000	1,033,486	33,486
	事業収益	100,000	75,650	△ 24,350
	雑収入	20,000	104,377	84,377
	前年度繰越金	3,170,924	3,170,924	
	収入合計	5,131,654	5,221,877	90,223

	項 目	予算額(A)	決算額(B)	予算比(A-B)
支出	事務関係費	760,000	612,710	147,290
	事業費	910,000	527,759	382,241
	福祉団体助成金	550,000	560,000	△ 10,000
	なんでも相談電話	80,000	52,887	27,113
	区社協分担金	352,730	349,440	3,290
	予備費	2,478,924	0	2,478,924
	次年度繰越金	0	3,119,081	△ 3,119,081
	支出合計	5,131,654	5,221,877	△ 90,223





みんな

あつまれ



5月5日、晴天のなか鯉のぼりが風に揺れる空の下で、今年の「みんなあつまれ」が開催されました。昨年参加がなかったバルサプレーンを加えて16の催し物が出ましたが、みんなあつまれの字句通り、幼児から高齢者まで多世代が若葉台グラウンド全面に配置された催し物を楽しんでいました。特にお孫さんを連れたご家族がスマホ片手に写真や動画を撮られている姿は何とも微笑まし情景でした。私の担当したダルマ落としでは、十数回チャレンジした小学生やお孫さんと一緒に懸命にハンマーを振るっている祖父母の姿が印象的でした。お昼前には、恒例の若葉台学童クラブの若葉台和太鼓が披露され、会場を大いに盛り上げていただきました。

今年から、テントや机、椅子等の搬入と撤収を「若葉台を盛り上げる会」にお手伝いをお願いしましたが、関係者の負担を減らすだけでなく、時間の短縮にもつながりました。ご協力ありがとうございました。また、開催に際しては社協関係者だけでなく、連合自治会をはじめ多くの方々の協力を得ましたこと、この場をお借りして感謝申し上げます。(中野 和巳)



賛助金のご報告

日頃より、若葉台地区社協の活動にご理解とご支援を賜りありがとうございます。皆さまから頂いた賛助金(840,986円)は、福祉活動や地域交流活動、若葉台で活動する福祉団体への助成資金として大切に使用させていただきます。心より感謝申し上げます。募集の際に頂いた貴重なご意見・ご要望につきましては、関係団体へ働きかけ、解決に向けて尽力いたします

自治会名	金額
第一自治会	75,846円
東自治会	95,448円
二丁目南自治会	145,800円
北自治会	119,060円
中央自治会	67,100円
としのき自治会	90,650円
ゆりのき自治会	66,950円
西自治会	63,832円
もみじ自治会	79,500円
あかね自治会	36,800円

また、以下の23法人・団体の皆様にも総額192,000円のご協力を頂きました。改めて御礼申し上げます。(敬称略、順不同)

若葉台クリニック/若葉太鼓/赤枝会
若葉台住宅管理組合協議会/はまりハ
みらい在宅若葉台診療所/旭住宅機器
若葉台泌尿器科クリニック/井原造園
若葉台まちづくりセンター/堀井学園
原田歯科医院/若葉台地域ケアプラザ
222内科クリニック/横浜バンダイ
ヴェルデグレイブ横浜/永田歯科医院
ヨコハマインドアゴルフ/横浜調剤薬局
よつ葉クリーニング/ゆみ歯科クリニック
霧が丘整形外科皮膚フ科
サロン・ド・ボーテJOY

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、生活支援等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1回第4木曜日(原則)『友愛カフェ』を一人暮らしの方達の憩いの場として『ふまねっと』と同時開催し好評を得ております。やまもも集会所A・B室を使用しAM10時～11時半頃迄、気軽に参加下さい。

ゆりのきむつみ会

4丁目7棟～13棟



里山ガーデン 2025.4.22

ゆりのきむつみ会では親睦と健康増進を目的として「歩こう会」を行っています。今年は好転に恵まれ、たくさんの方が咲き誇る里山ガーデンの散策を行いました。

さくら会

4丁目14棟～24棟



昨年4年ぶりに、懇親会を開催しました。コロナ禍で、集まって飲食のできなかった時期が長かった成果、会員の半数以上の参加者で、皆さん楽しんでいました。これからも開催できる機会を増やしていければと思います。ことができたのではないかと思います。

くぬぎ会

2丁目2棟～6棟、20棟～26棟



健康・友愛：サークル数17(運動系9、文科系8)
友愛：南自治会が主催するサポートクラブ「スマイルなかよし水曜カフェ」の全面協力等
奉仕：地域の清掃活動や「公園愛護会」として担う“えびね公園”の整備・美化
～公園の名の通り、毎年、5月には自生する“エビネラン”が咲き誇る～
その他：月例会、映画会、バス旅行(年2回)、学習会(不定期、身近な問題をテーマに)等

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。

むつき会

1丁目1棟～7棟



脳トレ効果も期待できる健康体操中の会員
私達の「むつき会」会員の平均年齢も82歳となります。
長寿は大変嬉しい事です。65歳以上の4人に1人が認知症になるとも言われており、認知症の予防には自宅から出て活動することが良いと聞きます。
私達の会にはコーラス、歌謡曲、民謡などのサークルがあり、月例会が日頃の練習の成果の発表の場でもありました。しかし、コロナ禍による自粛で例会での活動は中止していました。この度、役員からの提案もあり、「気軽に楽しい例会」を目指し今期より復活させます。認知症予防にもなるかと思えます。
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。

やまゆり会

3丁目2棟～8棟



近年、高齢化が進み、一人暮らしが増えていますが、会員の皆様も、外出する機会が少なくなっております。
やまゆり会では、会員同士の親睦と健康維持増進を目的として、毎月居場所(たまり場)として、「ふれあいサロン」や「カラオケ」等開催し、孤独にならない、させない為に、友愛活動として行っています。

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。
また7月・1月4月には趣向を変えて、芸能関係の方々に出演をお願いしております。
7月は津軽三味線の演奏1月はクラシック音楽家の歌の披露4月はマンドリンの演奏をお願いしております。

北けやき会

2丁目7棟～19棟



・毎年1回バス旅行をしています
・令和6年度は11月13日に総勢59名で南房総へ行きま

屋内熱中症に気を付けよう

(横浜調剤薬局 若葉台店)



最近では夏日と言われる程に気温が上がる日も多く、更にこれから湿気の多い梅雨を迎えよとしています。この時期から体調管理として熱中症対策を心がけておくことが必要になってきます。熱中症患者の半数は65歳以上の方で、4割の方は住居内でおきているそうです。熱中症と聞くと日差しが強い屋外で起きると思われがちですが、実は屋内でも熱中症は発生しやすいため、その対策も知っておく必要がありそうですね。

なぜ高齢者の方が熱中症にかかりやすいのでしょうか？その要因は、高齢者は暑さや、のどの渇きを感じ難いこと、汗をかきにくいために体から熱を逃がす機能が低下していること、またトイレが近くなるなどの理由から水分の補給を控えてしまうことや、エアコンの使用を嫌がることなどがあります。しかし自覚書状がないまま熱中症になる危険もありますので、普段から対策を考えることはとても大切になります。屋内で熱中症対策として普段過ごす部屋に温度・湿度計を置き、こまめに室温をチェックします。室温28℃以下を目安にエアコンや扇風機を上手に使用しましょう。ちなみに湿度は40～60%が適切とされています。エアコンの風が苦手な方は風向きを調整して使用するなどして、涼しい環境を保ちましょう。

そして、のどが渇かなくても水分をこまめに補給することを心がけてください。1日に必要な水分は約1.2～2Lです。コップ1杯程度を8回飲むようにします。水分を飲めるタイミングがつかめない方は時間を決めてとるようにすると良いでしょう。普段の水分補給は水・麦茶・ほうじ茶がお勧めです。アルコールやカフェインが含まれるものは水分補給には向かない場合がありますので

注意してください。スポーツドリンクは運動時や炎天下での作業をした場合は適切ですが、糖分・塩分が含まれるのでとり過ぎには注意してください。経口補水液は熱中症や下痢・嘔吐など体内の水分が奪われる病状に適しています。ただし1日摂取量や年齢により適量がありますので購入時には薬剤師に相談ください。

また水分補給の基礎として食事をしっかりとることも大切です。食べること？と不思議に思うかもしれませんが、水分は一気に沢山飲んでも尿として排出され、体内に貯めておける量はわずかです。ある程度貯めることができるのは食べ物に含まれている水分です。特に夏野菜は素材そのものに水分を多く含み、体の熱を取ってくれる働きがあります。3食しっかり食事をすることで暑さに負けない体力維持にもつながります。その上で水分補給を考えていく様にしましょう。外出時には涼しい服装で、暑い日は無理せず適度な休憩をとるなどの対策もあります。自分にあった対策を心がけて、暑い夏を元気に乗り切りましょう！



こまめな水分・塩分補給



風通しの良い服



エアコン・扇風機を使用



温度・湿度に注意



バランスの良い食事



十分な睡眠時間

編集後記

年度が変わり、いろいろなところで人事が動きました。社協も新しい体制になりました。若葉台では多様な行事や催し物が行われていますが、ほとんどがボランティアによって担われています。高齢化の波の中でこの活動にも影が差してきましたが、若い力も育ってきています。若葉台を魅力ある街として持続していくためには微力でも多くの人たちの協力が不可欠です。(巳)