



# さくらだより。

平成20年夏の号 上倉田版

## ケアプラザからのお知らせ

### 『認知症ミニ講座』～認知症って、どんな病気？～

グループホームは、認知症高齢者が家庭的な雰囲気の中、5～9人で共同生活を営む地域の施設です。施設案内と認知症の知識についてホーム代表がお話しします。

日 程 9月28日(日) 14:00～15:30 (受付13:30～)

対 象 倉田地区住民の方

会 場 グループホーム マナーハウス南横浜

(上倉田町413 ケアプラザ近くです ※車での来館は不可。)

定 員 20名程度(先着順受付)

参 加 費 無料

申 込 期 間 8月1日(月)～8月31日(日)

上倉田ケアプラザにて電話受付



初めてお母さんになった方と赤ちゃんの会。楽しくお友達作りや情報交換しませんか？

### 『はじめてのいっぽ』6期生 募集

対 象 平成20年3月以降に生まれた第一子の親子

活 動 場 所 横浜市上倉田地域ケアプラザ 多目的ホール (※車での来館は不可。)

日 程 10月～3月の 第4月曜日 開催の 6回コース

活 動 時 間 10:00～11:30 (9:45 受付開始)

定 員 15組程度(応募多数の場合、抽選)

●当選者には、10月2日(木)、3日(金)、4日(土)に、ご来館頂き入会書類を配布予定。

参 加 費 400円(6回分の保険料及びお茶代)

申 込 期 間 9月1日(月)～9月22日(月) (24日抽選、結果は26日返信ハガキにて通知。)

申 込 方 法 往復ハガキに、住所・電話番号・氏名(親子)・お子様の性別・生年月日を記入し、ケアプラザへ郵送



今年で6年目を迎える陶芸教室が、共働舎から講師を迎え♥  
利用者様、スタッフ一丸となって！！行いました。

## 陶芸教室開催



今回の作品は「写真立て」に挑戦しました。窯で焼き上げる為、  
作品は9月の敬老会までのお楽しみです♥芸術の秋ですね☆

### 🌸 梅ですっきり☆リフレッシュ 🌸

ケアプラザのガーデンで  
沢山の梅がとれました。 **うめえ〜♪**  
今年は、梅ジュースを作り、  
体操後、皆さんと一緒にさわやかな  
味を楽しみました。





HP・ブログ更新しています。



現在ケアプラザの情報、地域の情報提供を目指し、ホームページを更新しています。

[http://www.hirakukaicp.or.jp/careplaza\\_kamikurata/index.html](http://www.hirakukaicp.or.jp/careplaza_kamikurata/index.html)

または…

上倉田地域ケアプラザ

検索



クリック!

ケアプラザの日々を写真つきで公開していますので、ご覧になって下さい!

## 居宅介護支援

### 第2章 ～お付き合いしましょう～

さて、先回では利用者様と私たちが何らかの形で出会いました。これからはお互いに色々なお話をしながら進みます。

何に困ってらっしゃるのか。どんなことが心配なのか。

どうしたら今よりちょっぴり心や体が元気になるのか。

一緒にお話ししながら考えていきます。



硬く言うとこの過程が**サービス計画の作成**ということになります。

ここではある視点を持ちながら利用者様とお話をします。

その視点というのは利用者様の希望が**本当にこれからの生活にプラスになるのか**

という視点です。例えば「家事が出来なくなったからヘルパーさんに全部お願いしたい」という要望があったとき、それが本当にこれからの生活への援助になるかを考えたりします。



一見お手伝いする方が援助のようですが、

出来ることは自分でする生活を続けられることの方が

充実した人生といえるはずです。

**利用者様の描く今後の人生に寄り添いながらいつまでも自立した生活を送っていただける**

ようなエッセンスを一滴プレゼントすることも役割としています。

# まちの保健室

気楽に**健康相談**が出来（生活習慣の予防・克服のための体重管理・血圧管理等）  
また、**今自分や家族が抱えている問題**（介護保険のこと、認知症のこと等）の  
**相談に乗れる場所の提供**として平成19年2月より開催しています。

まだまだ地域に周知されていない状態ですが、  
中にはバスを乗り継いでも来て下さる方がいて、  
そんな時ご相談に乗れることを嬉しく思います。



今は、お母様達の育児相談が多いですが、今後も様々な方に気楽に来館していただけたらと思っています。

場所は**倉田コミュニティーハウス**で、**毎月第3火曜日の14時～16時**です。

尚、上倉田地域ケアプラザでもご相談をお受けできますので、気楽に連絡いただけたらと思います。お待ちしております。

## 認知症ミニ講座報告

6月28日にグループホーム「舞シャンブル」と共催で、認知症ミニ講座を開催しました。

講師は舞シャンブル往診医 健康あんしんクリニック（金沢区）倉島先生（写真下）。

まずは、認知症診断テストを参加者の皆さんと体験。

「私、大丈夫だわ・・・」と呟く声が会場から聞こえてきました。

「認知症って？」「治るの？（治療可能な症状もあります）」

といった参加者の疑問に、映像を用いながらお話頂きました。



16名参加の“ミニ”講座、皆様からは「病気や施設について理解ができた」と



お声をいただき、規模は小さいながら、  
内容の濃い講座となりました。



## ご意見箱設置しました。

ケアプラザの使い心地は、いかがでしょうか？

利用された際に感じた「こうだったら、いいな」等皆様のお声を“巣箱風”**ご意見箱**が、お待ちしております。

巣箱は**ケアプラザのカウンター右端に設置しています。**

是非ご意見をお願い致します！



## ケアプラザ案内図



～お申込・お問い合わせ～

### 横浜市上倉田地域ケアプラザ

横浜市戸塚区上倉田町 259-11

電話：045(865)5700

相談用：045(865)5701

FAX：045(865)5711

E-mail:kamikurata@hirakukaicp.or.jp