

こんにちは♪

## 介護相談窓口

横浜市十日市場地域ケアプラザ

第101号

です!

発行日：平成28年1月1日

横浜市十日市場地域ケアプラザ

発行責任者 森 幸雄

横浜市緑区十日市場町 825-1

電話 985-6321

ホームページ：<http://kyosaikai.jp/tokaichiba-cp/>

地域ケアプラザは、地域の身近な福祉の相談施設です。ぜひご相談ください。

### 新年明けましておめでとうございます



昨年地域の皆様からのご協をいただき、ご利用者様、  
又地域の皆様の福祉の向上に努めることが出来心より感謝申し上げます。  
本年は、新たに新治西部・十日市場団地地区の福祉活動団体の情報を  
インターネット上に掲載する「つながり隊」を立ち上げる予定でおります。  
地域の多くの活動が掲載され地域情報の要となれるよう努力をしております。  
本年も職員一同よろしくお願ひ申し上げます。

所長 森 幸雄



## ふれあいと福祉のバザーフェスタ2016開催

**日時：平成28年2月14日（日）**

**10：30～14：00**

十日市場地域ケアプラザでは、毎年福祉バザーを行っています。  
地域のみなさま、お誘い合わせの上お越しください。

### ☆ 出店予定 ☆



☆ボランティア団体による日用品の販売  
(古着・おもちゃ・小物など)

☆食事(カレーライス・おしるこ)

☆障がい者作業所などの作品販売

(クッキー・カバン・アクセサリー類など)

☆絵や工作のワークショップ・ゲームコーナー

☆その他紙芝居などのイベントもあります



(お問合せ) 十日市場地域ケアプラザ：985-6321 まで



# 地域包括支援センターより



## 協力医 夏目クリニック 夏目先生からの健康アドバイス

『新型ノロウイルス流行の兆し』

夏目一夫

冬の感染性胃腸炎の原因のトップを占めるノロウイルスの流行は、生かきの旬の時期（11月～2月）と関係しています。ノロウイルスに感染すると突然、腹痛、吐気、嘔吐、下痢が起こります。普通、数日で回復しますが、体力の低下している高齢者の場合、ひどい下痢と嘔吐の為、脱水症を起こしやすくなります。また、吐物をのどに詰まらせて窒息や、気管支に入って誤嚥性肺炎を起こして生命に関わることもあります。

感染経路は、食物から、そして人から人への2つに大別できます。食物からの感染は、ノロウイルスに感染したかきなどの2枚貝を生、あるいは十分に加熱しないで食べた時です。人から人への感染は、ノロウイルスが感染者の便や嘔吐物に含まれていて、トイレの後の手洗いが不十分で食品に触れたり、調理して感染が広がります。感染から回復しても、1～2週間は、便からウイルスが排出されるので注意しましょう。

予防は、ノロウイルスにワクチンは、ありません。手洗いを習慣にすることが最大の予防です。帰宅したら、石鹸と流水で20～30秒かけて丁寧に洗うと落とせます。かきの生食は、ノロウイルスの感染の可能性があるので注意しましょう。感染者の嘔吐物や便を処理する場合、じかに触れないように使い捨て手袋、マスク、エプロンを使用して、ポリ袋に入れて、しっかり密封して廃棄しましょう。汚れが付着した所は、アルコールではなく次亜塩素酸ナトリウム（家庭用漂白剤）で消毒するといいでしょう。吐物の処理中、ノロウイルスが空気中に浮遊するので換気も必要です。食べる物の十分な加熱が必要です。

平成27年1月から各地で新型ノロウイルス（GⅡ.17型）による感染性胃腸炎が報告されています。新型ノロウイルスは、誰も免疫を持っていないので、今後流行が懸念されますが、新型だから重症化しやすいということも無いようです。従来のノロウイルス対策と同様と考えていいようです。

治療は特にありません。ワクチンは開発途上です。脱水を起こした場合は、水をこまめに摂りましょう。水分補給は、スポーツ飲料のように電解質を含んだものの方がいいでしょう。普通は、2～3日で自然に回復します。

ちなみに、乳幼児の冬場に流行する下痢、嘔吐には、ロタウイルス、アデノウイルス、ノロウイルスなどがあります。

## ★地域包括支援センターの相談者紹介先件数について★

地域包括支援センターでは、介護の必要な相談者が複数の事業所からサービスを選んでいただけるよう、公正・中立の立場でサービス事業所の紹介や情報提供を行っています。紹介先状況を公表させていただきます。

こちらに関するご質問等に関しましては、個人情報に関わらない範囲でお答えするようにしていきたいと思っております。

	平成27年10月から平成27年11月まで		
相談者 紹介先	十日市場地域ケア プラザへの紹介	その他の法人へ の紹介	合計
要支援	0	2	2
要介護	0	6	6
合計	0	8	8
比率(%)	0	100.0	100.0

地域包括支援センター 糸井・渦原・安藤

TEL : 045-985-9034

# 地域行事のご紹介

地域では、毎月、四季折々の行事が開催されています。今月も行事の一部をご紹介します。

## 12/12 新治西部連合おたのしみ会 12/15 十日市場団地 お茶飲み会



(今年で4回目の開催。十日市場小学校の体育館にて開催。  
映画鑑賞、抽選会大盛り上がり☆参加者約340人)



(お茶飲み会も28年1月で3周年。  
今年も十日市場保育園の発表やクリスマスイベントで大賑わい♪)

※ 他には防災訓練や食事会などの行事が開催されました。

来年もいろいろなところにお邪魔させていただきますのでよろしくお願い致します。

## 11月23日 20周年まつり開催

緑図書館、緑ほのぼの荘、十日市場地域ケアプラザ3施設が誕生してから20年のお祭りを開催いたしました。当日は曇り空の中でしたが、多くの方が来てくださいました。今後とも地域と共に歩んで行きたいと思っておりますのでよろしくお願い致します。



## 地域情報サイト『つながり隊』

現在、新治西部地区・十日市場団地地区で活動されている団体の紹介ができるホームページを作成中です。(営利・宗教・政治団体は除く)

完成は平成28年4月頃を予定しています。登録・更新とも無料です。

3月には登録説明会を予定しております。活動団体の皆様、ぜひ登録して活用して下さい。



## ☆プレパパ・プレママ講座☆

妊娠中の方とお父さんになる方を対象に、沐浴（赤ちゃんのお風呂の入れ方）と妊娠擬似体験などの講座を実施いたします。

開催日時：平成28年3月20日（日） 10:00～12:30

会場：十日市場地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：緑区内在住で、妊娠中（実施日に妊娠7か月（24週）～9か月（35週）の方とお父さんになる方

\*会場までは公共交通機関をご利用してお越しください。

定員：20組40人（往復はがきによる抽選）

持ちもの：母子健康手帳・ハンカチ（沐浴時の手拭用）・飲み物（自由）

費用：無料

申込期間：2月21日（日）～ 3月6日（日）

申込方法：往復はがきにて必要事項をご記入の上、お申し込みください。



### ☆ 事業のお知らせ ☆

\*下記以外にも事業を行っていますのでお問い合わせください。

#### ◆よちよち園B・・・・・・・・・・・・・・・・

未就園児の親子のひろば

1月25日（月）、

2月8日（月）、22日（月）

3月14日（月）、28日（月）

10:00～14:00

\*1月11日（月）はお休み

#### ◆よちよち園S・・・・・・・・・・・・・・・・

0歳児～歩く前までの親子のひろば

1月28日（木）、2月25日（木）

3月24日（木）

10:00～12:00

#### ◆うたごえ広場・・・・・・・・・・・・・・・・

日本や世界のうたなどを唄う広場

1月27日（水）、2月24日（水）

14:00～15:00

\*3月23日（水）はお休み

#### ◆おげんきチェック・・・・・・・・・・・・・・・・

これからも若々しくいるためにおげんき度をチェックしましょう

1月8日（金）、2月5日（金）

3月4日（金）

9:30～10:30

### 【地図】



#### 【交通機関】

- JR 横浜線  
十日市場駅より徒歩5分
- 横浜市営バス、東急バス、  
神奈川中央交通バスの各路線  
十日市場駅前下車 徒歩5分

#### 【開館時間】

〈月～土曜〉午前9時～午後9時

〈日・祝日〉午前9時～午後5時

〈休館日〉第3月曜日

年未年始

（12月29日～1月3日）