



発行者 老人福祉センター横浜市緑ほのぼの荘
 所在地 横浜市緑区十日市場町825-1
 電話 045-985-6323
 アドレス <https://kyosaikai.jp/honobono-news/>
 指定管理者 社会福祉法人 神奈川県匡済会

10

No. 60 平成29年 月号

ハロウィーンイベント開催

十日市場の6施設が合同で初開催！

10月31日 午前10時～午後4時

1階ホールでスタンプカードをお配りします。

十日市場の6施設をまわってスタンプを集めましょう。

先着で100名様にハロウィンらしいプレゼントを差し上げます。



開催施設



緑ほのぼの荘 十日市場地域ケアプラザ 緑図書館、
 十日市場地区センター 地域子育て支援拠点いっぽ みどり福祉ホーム

ハロウィーンについて

ハロウィーンは、毎年10月31日に行われる、古代ケルト人が起源とされたお祭りです。秋の収穫の祝いと悪霊退散を旨とした宗教的な意味合いのある行事ですが、現代ではアメリカなどで定着した民間行事となっています。カボチャの中身をくりぬいた提灯(ジャック・オー・ランタン)を飾ったり、子どもたちが魔女やお化けに仮装して近くの家々を訪れてお菓子をもらったりする風習です。

これからの時期、気をつけたいこと

「暑さ寒さも彼岸まで」。秋のお彼岸を過ぎると陽の長さも短くなり、だんだんと寒くなります。

これからの時期、特に気をつけたいことをご紹介します。

ヒートショック

部屋の暖房に注意しましょう。暖かい部屋からお風呂場に入るとき。脱衣するとき。朝、暖かい布団から起き上がる時。飲酒後の入浴など。特に血圧が高い方は気をつけましょう。

足のつり

主に、筋力の低下、脱水、冷えなどが原因となります。筋力低下はともかく、水分補給や足を冷やさないよう心がけましょう。

インフルエンザ

自分だけでは防げないところがあります。手洗い、手消毒、うがい、マスクの着用を心がけましょう。また、かかりつけ医と相談して予防接種を受けることも考えてみましょう。

ノロウイルス

食品の中心部までしっかり加熱しましょう。食品・調理器具・ふきんなどの洗浄や消毒に心がけましょう。

高齢者インフルエンザ予防接種がはじまります

期間 10月1日～12月31日

対象、接種場所、接種費用などの問い合わせは…

①横浜市予防接種コールセンター(電話045-330-8561)

②案内チラシ ③各区の 福祉保健課 健康づくり係

④ホームページ [横浜市保健所 高齢者インフル](#)を検索

講座のお知らせ

普通救命救急講習会



- 日時 11月29日(水) 午前9時~12時
講師 応急手当指導員 池澤 佐和子 先生(緑ほのぼの荘所長) 他
会場 緑ほのぼの荘 2階 会議室
対象 横浜市在住の方 先着16名
費用 テキスト代1,000円 (なお、参加料は無料です。)
動きやすい服装でお越しください。
申込 10月18日(水)から11月10日(金)まで、電話または、直接来館の
うえ、お申し込みください。
なお、テキストを用意するため、11月10日以降のキャンセルは出来か
ねますのでご了承ください。
備考 普通救命講習修了証をお持ちの方は、申込時にご用意ください。
電話 045-985-6323

手芸講座 パッチワークの ポシェットをつくろう

”ちょっとそこまで”という時に使える大きさのおしゃれなバッグです。初めての方でも先生の丁寧なご指導のもと、素敵な作品が完成します。

画像は見本です。



- 日時 平成29年11月15日(水)・22日(水)・29日(水) 全3回
午後1時30分~午後4時 全3回ご参加できる方が対象です。
講師 中川 友子 先生(緑ほのぼの荘コミュニティスタッフ)
会場 緑ほのぼの荘 3階工作室1
対象 横浜市在住の60歳以上の方10名
参加料 材料費として1,000円
※11月6日以降のキャンセルは、材料発注のため、
お受けできませんのでご了承ください。
持ち物 裁縫道具、しろも、へら、裁ちばさみ、鉛筆(BまたはHB)、30cm定規
申込方法 先着順 10月13日(金)から電話または、直接お申込下さい。

健康相談日のお知らせ

10月27日(金) 午後2時30分～午後3時

「病気かどうか気になる…」、「何科にかかるのが良いのか…」、「健診(検診)結果が不安…」、「伴侶が…」など、
医師があなたの医療・健康の相談にのります。

医師 高津内科医院 院長 高津 竜太郎 先生
申し込み 当日午前9時から受付
当日必要なもの 老人福祉センター登録証・診察券



※老人福祉センター登録証をお持ちでない場合は、ご相談前に作成していただく必要がございます。本人確認できるもの(住所・氏名・生年月日が入っているもの)をご用意ください。
※診察券は、2回目以降に必要になります。

休館日のお知らせ

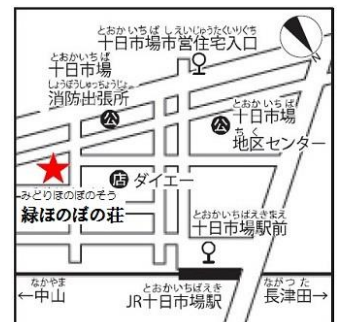
10月16日(月)

緑ほのぼの荘は、毎月第3月曜日がお休みです。
来館される際はご注意ください。



老人福祉センター横浜市緑ほのぼの荘利用案内

利用時間 午前9時から午後5時(受付は午後4時45分まで)
利用できる方 市内在住の60歳以上の方
または、市内在住の方の60歳以上の父母・祖父母
利用方法 受付で老人福祉センター利用証を提示してください。
利用証をお持ちでない方は、運転免許証・保険証などの
本人確認できるものをご持参ください。
利用料 無料
交通 JR横浜線十日市場駅徒歩5分(緑図書館の2階)
申込・連絡先 電話 985-6323
所在地 緑区十日市場町825-1
ホームページ <http://www.kyosaikai.jp/> (ブログもあります)



インターネットから、講座・イベントのお知らせ、開催した講座の様子、
毎月発行の「緑ほのぼの荘だより」がご覧いただけます。

アドレスは、<https://kyosaikai.jp/honobono-news/>

または、 で検索



QRコード