



大場地域ケアプラザ 広報・地域版

# かやのき 12月号



詳細は大場地域ケアプラザ  
ホームページをご覧ください。



令和6年12月1日発行・第241号  
 発行 社会福祉法人横浜市福祉サービス協会  
 横浜市大場地域ケアプラザ  
 住所 横浜市青葉区大場町383-3  
 TEL 975-0200  
 FAX 979-3200  
<https://www.hama-wel.or.jp/branch/ooba/>  
 発行者 所長 山尾 みどり  
 担当 コーディネーター 佐藤 美保子

## みんなの学習室



教師ボランティアの中学・高校・大学生と一緒に学習してみませんか？好きな教材(宿題やドリルなど)を持参してご参加ください。

日時: ①12月26日(木) 13:30~14:50  
②R7.1月5日(日) 10:00~11:30

対象: ①学習室→青葉区在住小学1~6年生  
②書き初め→青葉区在住小学1~中学3年生

参加費: 無料/各回15名

お申込み: 大場地域ケアプラザ/お電話または窓口まで

## ボランティア募集

学習に取り組む小学生をサポートしてくれる、中学生、高校生、大学生を募集しています。

日時: 12月26日(木)12:00集合

お申込み: 大場地域ケアプラザ/お電話または窓口まで

1月の行事

1月14日(火)  
どんと焼き16:30~  
@かやのき公園  
大場町一心会

### 認知症マフを使ってみませんか？

筒状のニットに手を入れて中の飾りに触れることで不安症状に安らぎをもたらせます。

対象: 地域にお住まいの認知症の方、高齢者施設、医療関係者や入院中の方など  
※大場地域ケアプラザに取りに来られる方に差し上げます。



### ロバ隊長の紹介

皆さんロバ隊長をご存じですか？  
ロバ隊長とは認知症サポーターキャラバンマスコットキャラクターです。認知症になっても安心して暮らせる街づくりをロバの様に一歩一歩あゆみ進めるとい意味が込められています。



地域のボランティアさんが編んでくれました。

### ~年末年始の貸室ご予約について~

貸室予約開始日が  
12/29(日)~1/3(金)休館日に当たる貸室予約日の場合

年始1/4(土)に予約受付いたします

ご多忙中大変申し訳ございませんが  
ご協力のほどよろしくお願いいたします



『メディカルクリニックあざみ野院長』 佐藤靖郎医師 (ケアプラザ協力医) より

### 《嚥下障害患者さんへの最新のアプローチについて》

嚥下障害(えんげしょうがい)は、食べ物や飲み物をうまく飲み込むことができない状態を指します。特に高齢者に多く見られ、生活の質に大きな影響を与えます。最近の研究では、嚥下障害の診断と治療においていくつかの新しいアプローチが注目されています。

まず、嚥下障害の原因として、加齢による筋力低下や神経疾患(例えば、パーキンソン病や脳卒中)があげられます。これらの原因に対して、最新の医学的知識では、嚥下内視鏡検査や嚥下造影検査が有効であることが示されています。また、治療には嚥下訓練やリハビリテーションが重要です。最近の研究では、訓練の効果を高めるために、バーチャルリアリティ(VR)技術を用いた方法が開発されています。VR技術を使うことで、患者はリアルな食事シーンを体験ができ、より効果的なリハビリが期待されています。

嚥下障害の予防には、日常生活での工夫も重要です。例えば、食事の際にはゆっくり食べることや、食べ物を小さく切ることが推奨されています。また、口腔ケアを徹底することで、嚥下機能を維持することができます。

地域の皆様向け佐藤医師による『健康相談』開催しています。(第1・3月曜日 12:30~13:00)  
大場地域ケアプラザまでお気軽にご予約ください。

お問合せ・お申込み: 045-975-0200まで

\*各種講座に参加される方の駐車場のご用意はございません。  
ご来館の際は公共交通機関をご利用ください。



事業分類	講座名・内容	開催日	募集対象	参加費	定員	受付開始
子育て	さくらんぼひろば	毎月第1火曜日 10:00~11:30	未就学児と保護者	無料	自由参加	不要
	12/3(火)出張ラフル。紙皿を使った工作があります。大きな部屋で滑り台・ボールプール・ままごとなどで思いっきり遊びましょう！見守りボランティアさんもいるので安心です。次回開催は1/7(火)					
	とっぴんぱらり	毎月第4金曜日 10:30~11:30	乳幼児と保護者	100円	自由参加	不要
	12/20(金) 大人から子どもへと時代を超えて語り継がれてきた「わらべうた」「手遊び」等をお子さんと一緒に。毎月第4金曜、地域ケアルームにて。語り手：菅野智子氏(語り手たちの会理事)					
	リトミックであそぼう！	毎月第2・4木曜日 ①10:00~10:40 ②10:50~11:30	未就園児と保護者	600円/回	1部・2部 各12名	要申込
	12/12・26(木) 聞く・感じる・動かす・音を出すなど音楽を通して発達を促す効果が期待できるリトミック。お子様の能力を楽しく伸ばしましょう♪講師：矢野ちなみ氏(リトミック認定講師/保育士)					
	にこるーむ☺	年4回火曜日 10:00~11:30	子供の発達にお悩みの方	500円	要保育は8名まで	要申込
	12/17(火)・3/18(火)お子さんの発達や育て難さにおひとりでお悩まれていますか？にこるーむ☺はそんな保護者の方に寄り添うひろばです 聞き手：浜田悦子氏(おうち療育アドバイザー)					
	にこっとステーション	毎月第4月曜日 10:00~12:00	子育てのお悩み・不登校や引きこもり当事者 など	300円	自由参加	不要
	12/23(月) 障がいがあってもなくても集える広場。子育てのお悩みや引きこもり・不登校などどんな悩みも気軽に話して気持ちを軽くしてみませんか♪共催：障がい児ママ支援グループ『nicoっと』					
人形劇公演	12月4日水曜日 10:00開演(9:50開場)	こども(親子)向け	無料	先着20組	要申込	
	『3びきのこぶた』『カレーライス』など、毎年恒例「座♪とんとん」さんの人形劇みんな観に来てね♪事前にお申込みをお願いします。(約1時間の公演) 出演：座♪とんとん					
	みんなの学習室(学習・書き初め)	12/26(木)13:30~ R7.1/5(日)10:00~	小・中学生どなたでも	無料	先着15名	要申込
学習12/26、書き初め1/5。冬休みも課題をお持ちになって、お兄さんお姉さんと勉強しませんか？ 協力：書遊会、学生ボランティア						
高齢者	銀のつどい	第1~4金曜日 10:00~14:30	概ね65歳以上	1日600円 半日400円	要申込	
	~いつまでも自分らしく~をモットーに、シニアの方たちの集いの場として多彩な趣味活動を行っています。気軽にご見学にいらしてみてください。 共催：銀の会					
地域包括支援センター	はつらつ体力チェック	12月8日日曜日 各回約20分	60歳以上の方	無料	各回5名	要申込
	健康状態、骨密度、バランスチェック、記憶力チェックなどを行います。10:00~14:30(最終受付14:30)まで各回約20分を行います。 共催：日本体育大学 社会福祉学研究室					
	介護者のつどい	毎月第4水曜日 10:00~11:30	家族の介護の経験のある方	無料	20名程度	要申込
	12/25(水)開催。10/23(水)は、常連の参加者さんが普段は遠方に住むお母様と参加され、お母様が住む地元の名産品や約50年も続けてこられたお仕事などの話で盛り上がりました。親子やご夫婦でのご参加も大歓迎です。是非ご参加ください。					
	あんしん講座 第3回	12月10日火曜日 10:00~11:30	どなたでも	無料	50名程度	要申込
『在宅医療について』どんな事をお願い出来る？頼れる家族がいなくても大丈夫？将来の為、何を準備すれば良い？自分の希望の伝え方、インテグノートについて等 講師：青葉区在宅医療連携拠点 藤田和枝氏						
サロンde大場 場所：Stadio&Café BALENA	毎月第4金曜日 15:00~16:00	どなたでも 地域・支援者の方	無料	自由参加	不要	
12/27(金) ケアプラザに色々聞いてみたいけど遠くて気軽に行けない、そんな方々、ケアプラザから出張致します。気軽にお喋りしましょう。次回2/28(金) ※1月は休会						

※HP『お知らせ』に自主事業・行政会議等のカレンダーをUPしています。→

お問合せ・お申込み：045-975-0200まで



\*高齢者施設併設のため、館内でのマスク着用と上履きの持参をお願いしております

