



◎ 社会福祉法人 横浜市福祉サービス協会
 発行 横浜市いずみ中央地域ケアプラザ
 住所 横浜市泉区和泉中央北五丁目 14 番 1 号
 TEL 805-1700 ・ FAX 805-1798
 発行責任者 所長 神坂 照美
 地域交流版 第 1 2 3 号 R 5 年 6 月発行

令和 5 年度介護者のつとめ (第 1 回)

高齢者向け施設等説明会

～いま、知っておきたい
『住まい』のはなし～

“特別養護老人ホーム”・・・なんとなく聞いたことがあるような。” “最近は「サービス付き高齢者向け住宅」なんていうものもあるらしい。” いろいろな種類がある『住まい』について学んでみませんか？

■日時：令和 5 年 6 月 30 日 (金) 13:30～14:30

※個別相談をお申し込みの方は最長 15:30 までとなります。(詳細下記)

■会場：いずみ中央地域ケアプラザ 多目的ホール

■定員：25 名 ■参加費：無料

■開催内容 ①講演 「高齢者向け施設等の特徴について」(60分)

講師 高齢者施設・住まいの相談センター アドバイザー あまかす ひろし 甘粕 弘志 氏

②『住まい』に関する個別相談会 (一組 20 分まで)

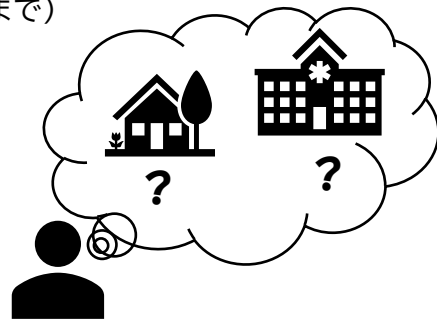
※限定 4 組 (先着順) 事前申し込みが必要です。

申込時に個別相談をご希望の旨もお申し付けください。

個別相談会 第 1 部 14:45～15:05 (2 組)

個別相談会 第 2 部 15:10～15:30 (2 組)

■持ち物：上履き、筆記用具、外履き入れ



介護予防事業

GOGO 健康 フレイル予防講座



★フレイルとは・・・高齢になることで体力や精神力が衰えること(虚弱)

◇場 所：いずみ中央地域ケアプラザ (多目的ホール)

◇時 間：15:00～16:30

◇参加費：無料

◇定 員：20 名 (要申込・先着順)

*申込期間

6月1日(木)～6月30日(金)

*なるべく 4 回とも出席出来る方

月 日	講座名	講 師
7月 6日(木)	口腔講座	毛呂歯科 毛呂医師
7月13日(木)	栄養講座	秋山 管理栄養士
7月20日(木)	フレイル予防	Shiho 健康運動指導士
7月27日(木)	脳イキイキ講座	保母 スリーA 指導士

持ち物：必要な方はお飲み物

○フレイル予防参加の方は、動きやすい服装でおこしください。

○体調の悪い場合は参加を見合わせてください。



【お申込み・お問い合わせ】 いずみ中央地域ケアプラザ 電話 045-805-1792

清水先生の健康相談コラム - 5類になりましたが...

5月8日より、コロナウイルス感染症の位置づけが、感染症法上では5類感染症に変更になりました。みなさんにとっては、一般医療機関での診察が可能になる事、検査費や医療費が自己負担になる事、感染後の行動制限が個人にゆだねられる事、と言った点が主な変更点となります。

5類感染症の代表的なものとして、季節性インフルエンザが挙げられます。コロナウイルス感染症は、重症化や死亡のリスクに関して、インフルエンザと同等か若干高い程度とされております。しかしインフルエンザの様に季節性があるわけではなく、コロナウイルスには1年中感染するリスクがあり、伝播性はインフルエンザより明らかに高いです。従って流行の波が来るたびに、患者さんの数が増加し医療が逼迫します。また、感染後は後遺症に長く悩まされる方もいます。

感染対策がより自己責任になっていく中で、感染しないようにするためには、引き続き

- ①換気の悪い屋内や人込みでのマスク着用
- ②手指衛生（アルコール製剤、または流水と石鹸）
- ③体調不良時は外出しないようにする事を心がけましょう。

また重症化予防という観点では、ワクチンの接種は大事であり対象者の方は接種するようにしましょう。



清水内科クリニック
しみず さとる
清水 学 先生

七夕イベント☆ ~星に願いを~

令和5年7月1日(土)~7月8日(土)

10:00~16:00

場 所: いずみ中央地域ケアプラザ(自動ドア横)

短冊、飾りは用意してありますが持ち込み大歓迎!!
但し、持参した物は返却できません。ご了承ください。



植えかえた

五月の花は

三つつ咲き

虎渡 功



川柳のついで

川柳を作ってみませんか。
ご参加お待ちしております。

★新型コロナウイルス感染症に関するお願い★

令和5年5月8日から、5類感染症に位置づけが変更されましたが、当地域ケアプラザご利用の皆様には、引き続き入館前の手指の消毒、検温の実施、館内でのマスクの着用をお願いしております。皆様が安心してご利用いただけますように、職員一同今後も努めてまいりますので、ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

そよ風 6月号に関するお問い合わせ

横浜市いずみ中央地域ケアプラザ

〒245-0024 横浜市泉区和泉中央北五丁目14番1号

TEL 045-805-1700

担当: 地域活動交流 戸越 浩美



環状4号線

いずみ中央地域ケアプラザ



至横浜

泉区役所

長後街道

至湘南台

いずみ中央駅

お知らせ

いずみ中央地域ケアプラザは第2日曜日が休館日です。