令和6年2月15日　第 186 号

社会福祉法人 ハマノ愛生会

そよ風
浅間台地域ケアプラザ

発行・問合せ
浅間台地域ケアプラザ
横浜市西区浅間台6番地
電話　045-311-7200
FAX　045-311-8357

地域交流事業

自宅にいてもできるボランティア活動

令和6年1月より、おかげさまで、おりがみポスト設置場所が増えました。

生活支援センター西

住所:西区浜松町3-14 横浜OTビル1F

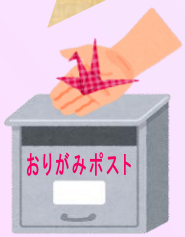
生活支援センター西は、精神に障がいのある人たちが安心して地域で生活していけるように活動している場所です。

担当者さまより、おりがみポストは、まだ、作成中で、まだまだ、改良する予定です。とのこと

おりがみポストの設置場所
- 浅間台地域ケアプラザ
- 北幸郵便局（西区北幸2-10-33）

おりがみの作品をポストに入れてください。
集まった作品は、飾らせていただきます。
作品のご返却、作者名の表示はできません
のでご了承ください。

♫♩ 集まった作品はポスト設置場所に飾らせて頂いております♩♫



♥♥♥ おりがみについて ♥♥♥

元々は日本の伝統的な遊びの一つですが、手先を使った精密な動きによる脳の活性化の効果が見直され、現在では幼児教育（知育）や高齢者のリハビリにも活用されています。

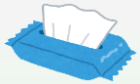
集中力・発想力を育む
理解力・空間認知能力を鍛える
脳を活性化し、認知機能を高める　効果があるそうです。
（インターネット:アートセラピーパークから抜粋）

地域包括支援事業

健口（けんこう）の豆知識　其の⑤
～非常袋に歯ブラシを～

災害時、お口のケアがしにくくなった時のお口の変化

・ストレスや偏った食事が原因で、口臭、むし歯、歯周病、口内炎、口渇等様々なお口のトラブルが起きやすくなります。



・お口のケアを後回しにすると、お口の中の細菌が増殖し、全身の病気の原因や悪化を引き起こすことがあります。

・関連死の原因　1位は肺炎です。
高齢の方は口腔ケア不足で、誤嚥性肺炎が増加します。
つまり、災害時の口腔ケアは私達の命を守ることにつながるのです。

・水が使えない時のうがいはノンアルコール系マウスウォッシュ
入れ歯の汚れをふき取るにはアルコールを含まないウェットティッシュが役立つかもしれません。
歯ブラシの他にこれらも非常袋の備品に加えてみてください。

歯科医院に通院できない方に訪問診療の相談、歯科に関する相談を行っています。

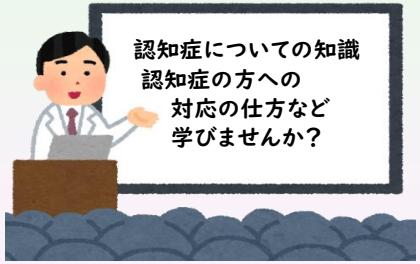
西区歯科医師会・西区在宅歯科医療相談室
080-3696-2676

西区認知症キャラバンメイト浅間台チーム

認知症サポーター養成講座
認知症を学びみんなで考えよう

日時：　令和6年3月30日（土）
1回目：10:00～11:30
2回目：13:00～14:30
（1回目と2回目は同じ内容です）

場所：　おひさまプラザ
（浅間町5-375-1　グランドマスト横浜浅間町1階）



事前申し込み制

※QRコードで申込みできます

《申込み・問い合わせ先》
浅間台地域ケアプラザ
電話:045-311-7200(栗田)

【お知らせ】同居のご家族など身辺に体調不良の方がいる場合、講座・貸室の利用はご遠慮下さい。

日	月	火	水	木	金	土
3月 新型コロナウィルス感染症の状況により、講座日程が変更もしくは中止になる場合もございますのでご了承ください。					1	2
3	4	5	6 チーポンロンクラブ	7	8	9 貸室 パソコンに親しむ会
10	11	12 脳トレ 折り紙	13 親子であそぼ 歯科衛生士の話	14	15	16 貸室 つく食べ会
17 貸室 フードパントリー	18	19	20	21	22 ふみの会	23 貸室 パソコンに親しむ会
24 / 31	25 絵手紙講座	26 脳トレ 折り紙	27 簡単ものづくりクラブ	28	29	30