


# 滝頭地域ケアプラザ事業案内

お問い合わせは、滝頭地域ケアプラザまでお気軽にどうぞ！



事業名	日時	詳細	内容・その他
和みカフェ 	1月18日(土) 3月18日(水) 14:00~16:00	【対象】認知症の方とその家族 【定員】10組(先着) 【参加費】300円(お茶代) 【申込み】開催の二日前までに電話又は窓口にて	認知症の人とそこご家族が安心して憩えるカフェです。
介護者のつどい 	1月24日(金) 2月26日(水) 3月27日(金) 13:30~15:00	【対象】現在介護をされている方 【定員】8人 【参加費】100円(お茶代) 【申込み】随時電話又は窓口まで	介護者同士で日頃の悩みや想いを語り合い、「安心して何でも話せる場所」を皆さんで創りましょう。
男さろん 	毎月第2月曜日 13:30~16:30	【対象】65歳以上男性 【参加費】無料 【申込み】不要、直接会場まで	「麻雀」「囲碁」「将棋」を楽しみながら、仲間作りをしませんか？
赤ちゃんひろば 	毎月第3水曜日 10:00~11:30 (受付9:30)	【対象】地域の0歳~3歳までの子どもと保護者 【定員】25組(先着) 【参加費】奇数月200円 偶数月100円 【申込み】不要、直接会場まで	奇数月はリトミック講師を招いて、リズム遊びを楽しみます。偶数月はおもちゃを広げて、自由に子どもを遊ばせながら、子どもと保護者同士の交流の場にお使い下さい。
ふれあい喫茶 	毎月第4月曜日 13:30~16:00 (15:30最終注文)	【対象】地域の方どなたでも 【お菓子・飲み物代】50円からご用意しております。 【申込み】不要、直接会場まで	地域の洋菓子店や地域作業所のお菓子・飲み物などを召し上がりながら、交流の場にご利用下さい。
第63回健康セミナー	2月26日(水) 14:00~15:00	【対象】地域の方どなたでも 【参加費】無料 【申込み】不要、直接会場まで	地域ケアプラザ協力医今井醫院 院長今井那美氏による講話。 今回のテーマは「黄疸と肝臓」です。

**無料 車椅子貸出** 

旅行・外出・通院などで利用可能(予約可)  
貸出期間は**7日間**です

継続して利用をご希望の方は、別途サービスをご案内いたしますので、地域包括支援センターまで、ご相談ください。

## 第62回健康セミナー 令和元年10月30日(水) 滝頭地域ケアプラザ多目的ホールで開催されました。 講師 今井醫院 院長 今井那美氏



今回のテーマは「風疹・麻疹・インフルエンザ」でしたが、特に強くお伝えしたい【風疹】について取り上げたいと思います。

風疹とは風疹ウイルスによっておこる急性の発疹性感染症で、流行は春先から初夏にかけて多くみられ、潜伏期間は2-3週間です。主な症状として発疹、発熱、リンパ節の腫れが認められます。ウイルスに感染しても明らかな症状がでないまま免疫ができてしまう人が15-30%程度います。治療は対症療法です。風疹は一度かかると大部分の人は生涯風疹にかかることはありません。感染力は麻疹や水痘ほどは強くありませんが、感受性のある妊娠20週頃までの妊婦が感染すると、風疹ウイルス感染が胎児に影響を及ぼし、先天異常を含む様々な症状を呈する先天性風疹症候群が出現することがあります。これが風疹の最大の問題点です。

風疹患者さんの従来は集団生活に入る1歳~9歳頃に多かったですが、近年は多くが成人男性となっており、特に昭和37年度~昭和53年度生まれの男性の方は、子供のころに公的に予防接種が実施されていないため、自分が風疹にかかり、家族や周囲の人たちに広げてしまう恐れがあります。

これからの世代の子供を守るためにも、風疹抗体検査と予防接種を受けましょう！

### 【権利擁護講座】 あなたの大切なものを知る終活講座

①2/1(土) 【旅立ちの体験旅行】  
②2/15(土) 【エンディングノート書き方講座】

自らが病にかかり、最期を迎える話を疑似体験します。その体験の中で、自身が大切にしているものは何かを、考える体験型のワークショップです。

エンディングノートは、自分のことを振り返り、これからのことを示すノートです。1回目の講座で感じた大切なものを、ノートに書いてみましょう。

- 場所 滝頭地域ケアプラザ多目的ホール
- 時間 ①②共に13:30~15:30
- 講師 ①なごみ庵住職 浦上哲也氏  
②滝頭地域ケアプラザ 地域包括支援センター 社会福祉士 星野誠司、堀 知子
- 対象 40代~70代の方
- ※第1回目は話を聴くのではなく、ご自身で体験をしていただきます。  
2回連続で参加の方大歓迎
- 定員 申し込み先着順20名
- 参加費 無料
- 持ち物 筆記用具
- 申込方法 1月11日(土)~電話または窓口にて