

# 地域包括支援センター職員より

新年あけましておめでとうございます。  
 昨年はコロナ禍によって、生活の至るところで支障ができました。  
 これまで「当たり前」と思っていた日常やサービス、地域の行事等が、当たり前には享受できないことを、実感させられた1年であったと思います。  
 滝頭ケアプラザでは、夏ごろよりすこしずつ事業を再開してきました。  
 久しぶりにお顔を合わす方も沢山いて、挨拶や言葉を交わす…たったそれだけでも、嬉しくて感謝したい気持ちになったことを良く覚えています。  
 本格的な冬場を迎えて再び流行のペースが拡大していますが、最大限の配慮をして、また皆様と元気にお会いしたいと思っております。  
 本年もなにとぞよろしく願いいたします。

社会福祉士 星野 誠司



ケアプラザ前の花壇に、滝頭グリーンクラブの皆様がお花を植えてくださいました。  
 滝頭グリーンクラブは、地域の緑化活動に取り組んでくださっています。



## \*貸室利用案内\*

地域ケアプラザでは、地域の皆様に福祉保健の拠点や交流の場として、会場の貸出を行っています。

### \*利用時間\*

平日・土曜日 9時～21時  
 日曜日・祝日 9時～17時

休館日 毎月第3月曜日/年末年始(12/29～1/3)  
 ※現在新型コロナウイルスの感染予防のため、貸室できる団体を制限しております。  
 ※営利目的では利用できません。

### \*貸室予約・抽選日\*

2月1日(月)・3月1日(月)・4月1日(木)  
 9時～12時受付。新型コロナウイルスの影響で、電話での予約受付を行っております。  
 貸室の利用には原則団体登録が必要です。活動内容によっては有料、または利用できない場合もあります。  
 貸室予約は団体ごとにお申込下さい。他団体の代理予約はできません。詳細は地域交流担当まで。

次回「芭蕉の樹」は  
 令和3年4月発行予定です

横浜市滝頭地域ケアプラザ 磯子区滝頭2-30-1

問い合わせ TEL: 750-5151/FAX: 750-5155  
 相談専用 TEL: 758-0622



# ばしょうのき 芭蕉の樹

第67号

発行: 令和3年1月10日  
 横浜市滝頭地域ケアプラザ  
 住所: 横浜市磯子区滝頭2-30-1  
 電話: 750-5151

新年あけましておめでとうございます。  
 皆様お元気で新年をお迎えのことと存じます。  
 滝頭地域ケアプラザは、皆様の多大なるご支援により、また新たな一年を迎えることができましたこと御礼申し上げます。  
 昨年は新型コロナウイルス感染症のことで一年を通して落ち着かず「緊急事態宣言」「3つの密(密閉・密集・密接)の回避」「新しい生活様式」などいまままでに経験のしたことのない年となりました。ケアプラザも貸館の休館対応など利用制限をおこない、現在も一部制限を継続している状況です。貸館の再開後は、定時に職員による館内の一斉消毒を行い感染防止に取り組み、ご利用される皆様には「検温」「手指消毒」「3つの密の回避」「利用後の室内消毒」等のご理解とご協力をいただきながら運営をしております。特に緊急事態宣言時には、高齢者の方々が外出を控えることにより、身体機能が低下することをとても危惧しております。宣言が解除され再び皆様の笑顔がみられたことをとても嬉しく思いました。  
 いまだ収束が見えない状況で、いつかは終わると信じながらも一年以上の我慢の生活は皆様もいろいろなストレスを相当抱えていることと思います。いままでも全く同じ生活スタイルに戻れるかわかりませんが、いまは新型コロナウイルス感染症を正しく理解し、適切に感染防止に努め生活をしていくしかありません。その結果「いつかは終わる」ことを信じましょう。  
 さて、私たち職員一同は、地域の皆様が安心して生活が続けられるよう、地域の町内会長と役員の方々、区役所及び区社会福祉協議会・各種専門機関の関係者と連携を深め、地域の困ったことをひとつでも多く解決できるよう努力して参ります。  
 「明るく、元気に、親切・丁寧に」を意識しながら一年取り組み、皆様に慕われる施設の運営に職員一人ひとりが心がけていきます。  
 令和三年一月 滝頭地域ケアプラザ 所長 水越尚登



滝頭地域ケアプラザ協力医 今井醫院 今井那美院長の「健康セミナー」を10月28日に滝頭地域ケアプラザ多目的ホールで実施しました。  
 今回のテーマは、インフルエンザと新型コロナウイルスについてです。

### <インフルエンザについて>

インフルエンザの特徴的な症状は高熱が出て、筋肉痛や関節痛などが起こることです。  
 インフルエンザは予防接種を受けることで免疫を獲得することができます。免疫を獲得した人が増えれば、接種の効果も低いとされる2歳以下の小児や、基礎疾患などのためにワクチンを接種できない方などを、集団免疫効果によって守ることができます。  
 またインフルエンザウイルスは乾燥を好むため、加湿器などで室内の湿度を適度に保つことも予防につながります。

### <新型コロナウイルスについて>

新型コロナウイルスは、発熱(37.5度以上)、喉の痛み、咳、痰などの風邪のような症状で終わる場合が多いとされていますが、なかには、急激に悪化し人工呼吸での管理が必要な肺炎に進行するケースも多く報告されています。  
 新型コロナウイルスに感染しないためには、三密(密閉、密集、密接)を避けたり、手洗い、手指消毒を行う、マスクをするなど、公的機関が発信している感染予防対策を行うことが有効です。

冬の時期のインフルエンザと新型コロナウイルス感染症の同時流行が危惧されています。どちらも部屋の換気や加湿、手洗いやマスクをすることが予防になります。  
 体調を崩さないように、日ごろからバランス良く食事を摂り、よく休養をとることも大切です。気を付けて生活して下さい。