

地域包括支援センター職員より

皆様、新年明けましておめでとうございます。

本年もどうぞ宜しくお願い致します。

皆様にとって昨年 2021 年はどのような年だったでしょうか？何をするにもコロナ
 コロナ、で大変でしたが、収束までは引き続きマスク着用・手洗い・消毒・密を避ける等
 の感染対策は大切です。出来る事を続けながらその日がくるのを心待ちにしましょう。

さて、2022 年の干支は「寅」ですが正確には「壬寅(みずのえとら)」です。
 「壬」は“妊に通じ陽気を下に妊(はらむ)”「寅」は“蟻(ミミズ)に通じ春の草木が生じ
 る”という意味があるそうです。このことから「壬寅」は、“厳しい冬を超えて芽吹き始
 め、新しい成長の礎になる”イメージとのこと。数年にわたる「コロナ禍」という厳しい
 冬を超えて、皆様にとって新たにステキな芽吹きがあることを切に願います。
 因みに私は寅年生まれで、年女です。年男・年女は年神様のご加護を多く受けることが
 でき縁起が良いそうです。とはいえ、ご加護を期待してばかりではいけません。
 人生 100 年時代と言われています。少しでも皆様の健康づくり・介護予防のお役に
 立てるよう、今年もあの手この手で頑張りますので、どうぞ宜しくお願い致します。

滝頭地域ケアプラザ 地域包括支援センター 看護師 川田智子



芭蕉の樹

第71号

発行：令和4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あげます。昨年にも新型コロナウイルスに始まりコロナに終わる一年となってしまいました。緊急事態宣言が繰り返される中、東京オリンピック・パラリンピックが開催され、感染症に不安を抱えながらも、選手の活躍を見て感動しました。ワクチン接種も進むにつれ、暮れにかけては感染者数も激減し、様々な規制が緩和等され、経済活動も戻りつつあります。そして何より昨年一年間、職員並びに施設ご利用者からの新型コロナウィルスの感染者がなかったことに安堵しています。今年もまだ変異株の出現など予断を許さない状況ではありますが、感染症予防対策に気を緩めず、少しずつでも以前の暮らしを取り戻し、明るい未来が待っていることを信じています。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」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。今後とも皆様のご指導とご鞭撻を賜りたく、よろしくお願い申し上げます。まだこれから寒さも厳しくなりますが、皆様の今年一年のご多幸を心より祈念し、新年の挨拶とさせていただきます。令和四年一月 滝頭地域ケアプラザ所長 水越尚登



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(火)・3月1日(火)・4月1日(金)
 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があります。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4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



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27日(水)に開催しました。今回のテーマは「季節のかぜ」です。

季節のかぜのウイルスは毎年変化しながら流行をしますが、コロナウイルスの感染対策で季節のかぜにかかる人が少なかったです。そのため、ウイルスを倒す私たちの免疫力の低下により、今年は季節のかぜが流行しやすいことが予想されます。例えば、2歳までのお子さんのほとんどがかかるRSウイルスは去年7月時点で、過去最高の流行状況となっております。お子さんの呼吸が苦しそうだったり、食事や水分補給ができなかったりしたら、早めに小児科の受診をお願いします。インフルエンザは子どもの罹患率や高齢者の死亡率が高いこと、急に高い熱がでることが特徴です。予防接種を行うこと、栄養と休養を十分にとり、室内の温度や湿度を保つことが予防に有効です。ノロウイルスは特に冬に流行する感染症で、手指や食品などを介して、経口で感染します。ノロウイルスにかかるると、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛などの症状が1日～2日続きます。普段から感染しないように、食べ物に注意することがポイントです。生の食材などを調理したり食事するときは注意をしましょう。また、手洗いを丁寧に行うことや調理器具を次亜塩素酸ナトリウムや熱湯で消毒することも有効です。

