

## 地域包括支援センター職員より

時代と共に新年・お正月の迎え方が変わってきていますが、心はやっぱり何となくワクワク・ドキドキしてきますね。

年末には、ケアプラザで、岡村公園管理事務所の方を講師にお招きして、地元岡村の孟宗竹を用いた手作りミニ門松作りを行いました。地元の素材で縁起物を作る事ができるって、なんて素敵な地域なのでしょう♡と感激しました。

歳神様をお迎えして、「今年は良い事に恵まれ良い一年になる様に」と願ひましょう。

今年のワクワク・ドキドキの目標はなんですか?「宝くじが当たります様に」具体的な事はないけれど、「平穏無事に明るく楽しい年であります様に」「無病息災」「元気で健やかに過ごせます様に」など願うのではないのでしょうか。

認知症予防や健康長寿の一番の妙薬をご存知ですか?【人との繋がり・社会参加】です。地域のサロンや町内会の集まりに参加されていますか?毎日何人の人と会っていますか?毎日何人の人と挨拶していますか?

「健康寿命を」を伸ばすためには、「社会参加」をして「出番」と「役割」を得る事が一番の妙薬です。家から一歩出て人と挨拶を交わし、会ってお喋りをする「社会参加」で健康寿命を伸ばせるように今年は、「一日何人の人と言葉を交わすか」数えてみませんか?

生活支援コーディネーター 山田 厚子



### \*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)

※営利目的では利用できません。

### \*貸室予約日\*

2月1日(木)・3月1日(金)・4月1日(月)

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います。

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、又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6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



# 芭蕉の樹

第79号

発行: 令和6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、この3月で開所二十年目を迎えることとなります。これもひとえに皆様の多大なるご支援があり、迎えることができましたこと心より感謝申し上げます。

昨年5月から、新型コロナウイルスが2類から5類(季節性インフルエンザ相当)に分類変更され、世の中は以前のようないイベントや社会活動が戻り始め、海外からの旅行者も増え、賑やかな日常を取り戻した年となりました。私たちも4年ぶりとなる秋に飲食なしの「紅葉祭」を開催しましたが、当日は雨の降る寒い日で、模擬店も出さなかったため、以前のような賑わいには程遠い静かなお祭りでした。次回はこの経験を踏まえ、もう少し華やかに実施できたらと思っております。

今年は辰年、天に昇る龍の如く、新型コロナウイルス感染症にいろいろな意味で苦しんだこの数年から抜け出し、飛躍する一年となればと願っています。

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、地域の町内会長や役員の方々、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。

今後とも皆様のご指導とご鞭撻を賜りたく、よろしくお願ひ申し上げます。

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。

令和六年一月 滝頭地域ケアプラザ 所長 水越尚登

## 第15回 紅葉祭

10月15日(日)4年ぶりに

紅葉祭を開催致しました。

ホール発表・作品展示・バルーンアート・健康チェックコーナー・館内スタンプラリーの小規模開催でした。

ご協力頂いた方々、ご来館下さった方々、多くのご支援を賜り感謝申し上げます。ありがとうございました。

10:00~	フラダンス
10:30	フラレイマイカイ
10:30~	オカリナ演奏
11:00	アンダンテ
11:00~	体操
11:15	エメラルドグループ
11:15~	獅子舞・お囃子
11:45	岡村囃子一友會
	休憩
12:45~	コーラス
13:15	岡村ほっぴいコール
13:15~	ギター&ボーカル
13:45	南風

