



大場地域ケアプラザ広報・地域版

かやのき 6月号

令和5年6月1日発行・第223号
発行 社会福祉法人横浜市福祉サービス協会
横浜市大場地域ケアプラザ
住所 横浜市青葉区大場町 383-3
TEL 975-0200
FAX 979-3200
<http://www.hama-wel.or.jp/>

発行者 所長 高瀬 規子
担当 コーディネーター 熊谷 昌子
*各種講座に参加される方の駐車場のご用意は
ございません



☞詳細は大場地域ケアプラザホームページへ
左のQRコードもご利用ください

未就園児向けリトミック
であそぼう!



今春4月より



スタートしました~♪



第89回

かやのき・土曜コンサート

~初夏のマンダリンコンサート~



出演:アンサンブルYU

曲目(予定)

- ◎ポール・モーリア特集
- ◎さらば青春
- ◎北の国から
- ◎瀬戸の花嫁 他



2023年6月24日(土)

時間:午後2時~(開場:午後1時30分)

要申込み/先着27名/参加費無料

<着任のご挨拶>

こんにちは。1月15日に着任致しました、
峰 伸未(みねのぶみ)と申します。

生まれは北海道旭川市で、10歳の時から青
葉区に在住しております。

これから地域の皆様とたくさん
お話をさせていただき、お役に
立てるよう頑張ってお参ります。

皆様、どうぞ宜しく

お願いいたします。

介護支援専門員(ケアマネジャー) 峰 伸未



<転任のご挨拶>

この度、西区の事業所に移動となりました。
大場地域ケアプラザでは5か月という短い間
ではありましたが、地域の皆さまには大変お
世話になり、ありがとうございました。

主任介護支援専門員(ケアマネジャー) 田村 有子

<職員募集>

【大場地域包括支援センター】

★資格必須 ★未経験者大歓迎

■職種:プランナー募集(ケアプラン作成)

■勤務日:週 何日でも可(日曜日休み)

☆詳細はお問合せ下さい☆

*お問合せ・お申込み:高瀬まで

*TEL:045-975-0200



佐藤靖郎 医師(ケアプラザ協力医)より

『メディカルクリニックあざみ野院長』

《変形性膝関節症手術の進歩について》

変形性膝関節症は体重や加齢などの影響から膝の軟骨
がすり減り、膝に強い痛みを生じるようになる病気です。関
節症の発症を防ぐためには体重を増やしすぎないようにコ
ントロールすることが重要です。さらに、膝周囲の筋力を保
持することも、膝への負担を軽減させるためには有効です。
病状が進行すると歩行が困難になることもあり、手術が検
討されます。高齢になり軟骨のすり減りや骨の変形が進んで
いる場合は、膝関節全体を人工関節に置き換える、人工膝関
節全置換術を行います。

人工関節の手術は、執刀する医師の経験や感覚に頼る部分
もありますが、近年では手術支援ロボットが登場し、より正
確な手術が期待されています。ロボットアームが、医師が計
画した骨切り位置まで正確に誘導してくれます。修正を加え
ることもでき熟練度に関わらず、良好な手術が期待できると
いえます。通常の手技と同様の感覚でより精度の高い安定し
た手術を可能になる時代が現実のものとなっていますね。

地域の皆さまに向けて、佐藤医師による『健康相談』を
開催しております。(第1・第3月曜日12:30~13:00)
大場地域ケアプラザまでお気軽にご予約ください。



お問合せ・お申込み:045-975-0200 まで



| 事業分類 | 講座名・内容 | 開催日 | 募集対象 | 参加費 | 定員 | 申込み | |
|--|--|---|-------------------------------------|------------------|-------|----------------|--|
| 子育て  | さくらんぼひろば | 毎月第1火曜日 10:00~11:30 | 乳幼児と保護者 | 無料 | 自由参加 | 不要 | |
| | 6/6(火)大人気のママヨガタイム、7/4(火)七夕飾りを予定しています。大きな部屋に滑り台・ボールプール・ままごとセットなどご用意してお待ちしています♪ | | | | | | |
| | とっぴんぱらり | 毎月第3火曜日 10:30~11:30 | 乳幼児と保護者 | 100円/回 | 自由参加 | 不要 | |
| | 6/20(火)開催です。大人から子どもへと時代を超えて語り継がれてきた「わらべうた」「紙芝居」「手遊び」などを楽しんでみませんか。語り手:菅野智子氏(語り手たちの会理事) | | | | | | |
| | リトミックであそぼう! | 毎月第2・4木曜日 ① 10:00~10:40 ② 10:50~11:30 | 未就園児と保護者 | 600円/回 | 残席少々 | 要申込 | |
| 聞く・感じる・動かす・音を出すなど、音楽を通して発達を促す効果が期待できるリトミック、子供のさまざまな能力を楽しく伸ばしましょう♪ 講師:矢野ちなみ氏(リトミック認定講師/保育士) | | | | | | | |
| 一般  | かやのき土曜コンサート | 6月24日土曜日 14時開演 | どなたでも | 無料 | 先着27名 | 要申込 | |
| マンドリンの演奏による『初夏のマンドリンコンサート』です。◎ポール・モーリア特集◎さらば青春◎北の国から◎瀬戸の花嫁、などの曲をお届けします。出演者:アンサンブルYU | | | | | | | |
| 高齢者  | 健身操 | 毎月第2・4木曜日 15:10~16:00 | 60歳以上の方 | 350円/回 | 空き待ち | 要申込 | |
| | 6/8・22(木)。椅子を使った体操で、呼吸法で心肺機能向上、新陳代謝を促します。身体凝りなどをほぐしやすくする効果もあります。講師:加藤智氏(日本健美操協会認定) | | | | | | |
| | スクエアステップ | 毎月第2・4金曜日 15:00~16:15 | 60歳以上の方 | 300円/回 | 残席有 | 要申込 | |
| | 6/9・23(金)。「歩く脳トレ体操」生活機能と心理社会機能に着目、楽しく介護予防を目指し、頭と身体を同時に使うエクササイズです。講師:矢崎由布子氏(スクエアステップ指導員) | | | | | | |
| | 銀のつどい | 第1~4金曜日 10:00~14:30 | 概ね65歳以上 | 600円 (半日400円) | | 要申込 | |
| ~いつまでも自分らしく~をモットーに、お元気なシニアの方たちの集いの場として体操・ポッチャ・手芸・講演会・ミニコンサートなど、多彩な趣味活動を行っています。共催:銀の会 | | | | | | | |
| 支援センター 地域包括  | 介護者のつどい | 6月28日(水) 10:00~11:30 | 家族の介護の経験のある方 | 無料 | 20名程度 | 要申込 | |
| | 先々月の4/26(水)は、昔のあざみ野や大場町の街並みについての話題から、暮らしや生活様式の変化の話で盛り上がり、又、老健から退所されたご家族の様子についてご相談がありました。 | | | | | | |
| | はつらつ体力チェック | 6月25日(日)10:00~15:00 | 20分間隔の時間帯で受付 (全11回)各時間帯ごとに5名先着順。 | 参加費は無料。 | | 60歳以上対象 要申込 | |
| 客観的データに基づき自身の体力を知ること、今後の体力づくり、健康づくりに活かします。握力や骨密度、柔軟性、バランス力をチェックしてみましょう!所要時間は約30分/1人です。 | | | | | | | |

お問合せ・お申込み:045-975-0200まで

*ご来館時はマスク着用、上履きと外履き入れ袋の持参をお願いしております。