

# デイサービス



令和4年4月に  
箕沢をスタートし、  
もうすぐ246km!!



## チェックポイント③到達間近!

3分間ウォーキングで日本一周を目指していますが、チェックポイント②の静岡県を通過し、もうすぐ愛知県に到着します。

味噌カツやきしめん等...愛知県にはたくさんの名物料理がありますね。到着予定の9月のランチメニューは何だと思いませんか?ご利用者様に喜んでいただければと思います。

冷房の効いた室内で、イスに腰掛けながらウォーキング運動を1日2セットしています。



## ボランティア募集中



当デイサービスの定員は40名。サービス提供時間は、9:40~15:45で、年末年始(12/29~1/3)を除いて開所しています。

サービスは個々の通所介護計画書に沿って提供しますが、午前中は、看護師によるバイタルチェック後、男女入れ替わり制でご入浴いただき、午後は、レクリエーションや個別機能訓練を行います。

機能訓練は、3ヶ月に1回作業療法士から訓練プログラムの作成や評価を受けます。

コロナ5類移行から少しずつボランティアさんを受入れており、最近では工作活動の先生や囲碁のお相手、お茶出しのご協力をいただいています。

コロナ禍でボランティアさんの受入れを中止していましたが、お茶出しやお話相手等のボランティアができる方、大歓迎!! 一同、お待ちしております♪

## 交通のご案内

市営バス 103系統 : 根岸台バス停下車  
徒歩約3分  
21系統 : 旭台バス停下車  
徒歩約10分  
山元町2丁目下車  
徒歩約12分

お問合せ・連絡先  
TEL 045-663-6960 FAX 045-228-1828  
〒231-0856 中区箕沢13-204  
横浜市箕沢地域ケアプラザ

## お知らせ

### 箕沢地域ケアプラザ 公式LINE(ライン)のご案内

公式LINEでは、ケアプラザ事業等の“月のお知らせ”や“講座のご案内”等配信しています。「友だち追加」をして、より気軽にケアプラザからの情報を受け取ってください。

LINEの登録方法が分からない場合やご不明な点などございましたらお気軽にお問い合わせください。



## デイサービス ①介護スタッフ ②送迎ドライバー 募集中!

【勤務時間】 ① 8:30~17:30(8時間) / 9:00~13:00(4時間)

② 8:00~10:00、15:30~17:30(4時間) 週3日~

【時給】 ① 1,212円~ ※運転業務を担当する場合 時給+50円

② 1,142円~ ※運転手当50円含む

どなたでもお気軽にご連絡ください。  
お待ちしております。

☎ 663-6960 渡邊



令和5年9月発行

# 瓦版



No.66

箕沢地域ケアプラザの合言葉

みんなのびのび  
サポートの輪

発行 横浜市箕沢地域ケアプラザ  
横浜市中区箕沢13-204  
TEL 045-663-6960  
発行責任者 渡邊 圭子  
HP: <https://www.yjsk.jp/minosawa/>

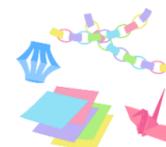
## ボランティア募集!! ~『できるときに、できること』を始めてみませんか?~

ケアプラザでは、現在ボランティアを募集しています。お時間等はご都合に合わせて、活動内容は趣味や特技、経験を生かせるなど、『できるときに、できること』をお願いしています。ボランティアには興味があるけれどなかなか踏み出せない方も、ぜひ、一度ご連絡ください。小学生は保護者同伴、中学生から募集しています。

お問い合わせ ☎663-6960(担当:伊藤)

## 高齢者デイサービス

- ・おしゃべり
- ・折り紙
- ・朗読
- ・ドライヤー
- ・お茶出し
- ・洗濯物
- ・特技の披露(演奏、踊りなど)



## こどもたちの放課後

- ・宿題サポート(小学生)  
(漢字、算数、音読など)
- ・一緒に遊ぶ  
(おにごっこ、トランプなど)



## 園芸(ケアプラザ敷地内)

- ・敷地内の庭木の手入れ
- ・花壇や生垣の手入れ
- ・水やり



## 第6地区社協だより

### 9月~12月の行事日程

#### ふれあいサロン

|    |            |     |                |
|----|------------|-----|----------------|
| 日程 | 9月 7日(木)   | 時間  | 午前10:00~午後2:00 |
|    | 9月 21日(木)  | 場所  | 山元小コミュニティハウス   |
|    | 10月 5日(木)  | 参加費 | ¥300           |
|    | 10月 19日(木) |     |                |
|    | 11月 2日(木)  |     |                |
|    | 11月 16日(木) |     |                |
|    | 12月 7日(木)  |     |                |
|    | 12月 21日(木) |     |                |

※状況により中止・変更  
場合があります。  
地域の掲示板もご確認  
ください。

#### ふれあい祭り

日時 11月19日(日)  
午前10:00~  
場所 山元小校庭

#### ふれあいクリスマス会

日時 12月17日(日)  
午前10:00~  
場所 山元小コミュニティハウス

## 根岸山手の丘の走馬灯 ~ その10 ~

(郷土史家 棚橋 誠)

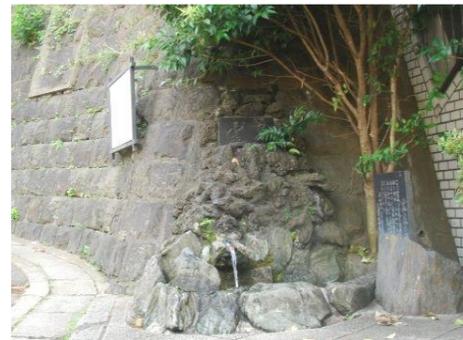
### 「関東大震災100周年(2) 打越の湧き水」

バスで山元町側から打越の切通し道路を下り、打越橋の下を通り抜けて間もなくすると、バス停「打越会館前」となります。バス停の後ろ側は打越橋の上へ通じる清水坂があり、その坂下にはつい最近まで「霊泉の由来」という碑が建っていて「大正12年9月1日の関東大震災及び昭和20年5月29日の大空襲の際この霊泉により数万市民の生命が救済された貴重なものである」と記されていました。この碑が建てられる以前の湧き水はもう少し坂の上側にあつて、今では考えられないほどの水量で「ザア～ザア～」と音を立てて流れ出していました。

元々この辺りは打越の切通し道路が出来以前から質の良い湧き水が豊富に出る谷戸で、明治元年にはこの湧き水を利用して、いち早く居留地への飲料水や船舶への給水事業が始められたところです。

関東大震災の時は上水道が壊滅的な被害となり水不足が深刻化します。市は湧き水や堀井戸の調査を開始し、水質不良で使用できないものも多くある中で、ここ打越の湧き水は良質として飲料水として市民に配給してゆきます。その他にも野毛山成田山横浜別院の崖下や、元町の水屋敷、日ノ出の湧き水が良質とされました。この飲料水運搬配給は約半年も続き、大正13年(1924)3月になって廃止することが出来たそうです。

現在は湧き水の上流側は造成されてマンションが建つなどして、水量も少なく飲み水としては無理があるようです。



平成27年頃までの打越の湧き水 (平成21年6月13日撮影)



現在の打越の湧き水 (令和5年6月1日撮影)

## 地域包括支援センター

### ＊ご案内＊ 中なかいいね！見守りキーホルダー

もしもに備えて登録しましょう！  
外出先で倒れたときや自宅で体調が悪くなったとき等の緊急時に、救急隊や医療機関に対して地域ケアプラザが登録番号を元に適切な情報提供を行います。

#### ★新規登録の際に必要な情報

- ①本人情報：・氏名 ・生年月日 ・住所 ・連絡先
- ②緊急連絡先：・氏名 ・住所 ・電話番号 ・続柄
- ③かかりつけ医療機関：・名称 ・電話番号 ・診療科
- ④病歴等
- ⑤担当ケアマネジャー：・氏名 ・事業所名 ・電話番号 (担当がいる場合)

#### ★登録翌年以降、誕生月に更新のお電話をお願いします

- ①情報が変わっていないければその旨をお伝え下さい。
- ②情報に変更がある場合は、最新情報を教えて下さい。

登録番号のみの  
記載なので、安心して  
持ち歩けます！



登録希望の方は、養沢地域ケアプラザ包括支援センター職員までお問い合わせください！

## 地域活動交流

### 暮らしを守る！

災害がおきたときは…



いっとき避難場所 (公園や空き地など)



一時的に避難し様子を見る場所

自宅

広域避難場所 根岸森林公園等  
(地区割り当て)

大規模災害時に避難する場所

家が無事 → 家で避難生活

- ・住み慣れた自宅でストレスが少なく  
プライバシーは守られやすい
- ・情報を得る時は、防災拠点へ



家が倒壊 → 危険！家に住めない

… ご注意ください …

地域ケアプラザは区が開設を決定した場合「福祉避難所」となり、地域防災拠点での避難生活が難しいと区が判断した対象者を受け入れる二次的な避難所となります。

近くにお住まいの方でも、また日頃ケアプラザをご利用いただいている方でも、対象者と判断されない方は避難することはできません。

ご自分が避難する「地域防災拠点はどこか」「どの経路で行くか」「(高齢者や乳幼児などがいる場合)どうやって避難するか」など今のうちに考えておきましょう。

地域防災拠点 (参考) 山元小学校 の対象者

根岸台、根岸旭台、山元町、寺久保、西竹之丸、大芝台、大平町、塚越、養沢、滝之上(51～78番を除く)

<3つの機能>

- \* 避難場所
- \* 最低限の物資の備蓄場所
- \* 情報の収集・伝達場所

自宅の住所により  
避難場所が決まっていますので、確認しておいてください

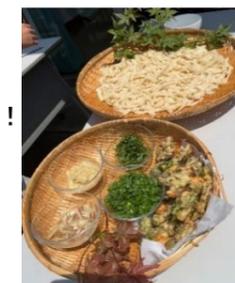
地域防災拠点の運営委員も被災者です。みんなで協力して避難生活を送りましょう。支援、配慮が必要な方も避難します。専用スペースの設置や物資の優先配布などへのご理解ご協力をお願いします。

## 生活支援コーディネーター

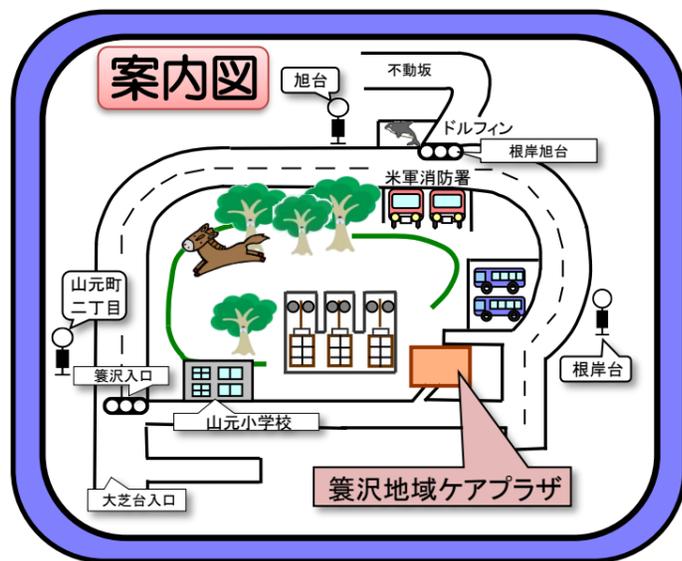
### 元！やんぐ会 うどん打ち開催いたしました

毎月第3火曜日に養沢地域ケアプラザで行っている男性の集い、「元！やんぐ会」で「うどん打ち」を開催いたしました。参加者は地域の方が4名参加してくださいました。また、6月よりケアプラザでも飲食が行えるようになりました。みんなで食べるとさらにおいしいなどのご意見も頂きました。

「元！やんぐ会」ではまだまだメンバーを募集しています。お近くにお住いの男性の皆様。毎月、皆さんでやりたいことを話し合って開催しましょう！ご参加の際は養沢地域ケアプラザまでお問い合わせください。









広域避難場所

へ

大規模火災時避難する場

所

中区

地域ケアプラ

ザはこちら↓

中区地域防

・北方小、  
元小、

間門小、

仲尾台中、

みなと総

仲尾台中、

発災直後に必ず開設されるものではなく、開設、受け入れは中区が決定。対象と判断されなければ避難することはできません。地域防災拠点からの移動は本人や家族による移動が原則です。

鳥小、山

兵吉田中、  
ラザ、

ザ