

# デイサービスからのお知らせ

## レクリエーションの様子



9月

(写真左・中央) 紐を棒に巻き付け、離れた位置にあるクマのぬいぐるみを足元まで引き寄せる速さを競います。握力の強化や手首の動きを改善する効果もあるレクリエーションです。クマの愛らしくけなげな姿に、ひもを巻き取る手にも力が入っていました。【巻いて巻いて】

(写真右) 足元に新聞紙を縦に敷き、足の力で新聞紙をたぐり寄せます。先端に乗せたぬいぐるみを出来るだけ早く足元まで連れてきます。予想以上に皆さんの脚力が強かったのか、途中で新聞紙がボロボロに… 次回はもっと頑丈に準備しておきます! 【足で寄せて】



## ちょこっと地域情報

### わんわん見守りサポーター登録会

### 食品配分会



根岸地区連合町内会と根岸地区社会福祉協議会、磯子区社会福祉協議会、根岸地域ケアプラザの4者共催で、フードドライブを実施し、集まった食品の配分会を7月2日に開催しました。

根岸地区の皆さまにはたくさんの食品をご寄付頂きありがとうございます。

フードドライブは困っている誰かを笑顔にするだけでなく、食品ロスの削減にも繋がる取り組みです。

またコロナ禍、物価や光熱費が高騰する中、生活が苦しくなってくるのは他人事ではありません。この取り組みで誰かちょっと笑顔になることを願い、今後も継続的に開催していく予定です。

次回は令和5年2月を予定しています。

根岸地域ケアプラザでは、地域にお住いのワンちゃんを飼っていらっしゃる方を対象に見守りサポーターの登録会を開催しました。

愛犬といつも通りお散歩するときに、地域の様子を見守っていただき、困っている高齢者の方や、お子さんがいらしたら、ケアプラザまでご連絡いただくという仕組みです。

いつものお散歩中、ほんの少し注意を払っていただくことで地域の防犯力がアップするかもしれません。また飼い主さん同士がつながりあう機会にもなって欲しいと考えています。

現在15人の飼い主さんと18匹のワンちゃんが登録してくださっています。

ご興味のある方、一緒に活動してみませんか?



お問合せ：根岸地域ケアプラザ 751-4801 坂井まで

## 新メニュー!



### ささみときゅうりの中華和え

暑い夏にピッタリ! ささみときゅうりの相性が良く、とても美味しかったとの声を頂きました。



### 豚肉の竜田揚げ 香味野菜のせ

やわらかいお肉にたくさんの野菜を添えて、栄養満点の一品です。

## しっかり食べて まだまだ夏バテ予防

厳しい残暑を乗り切るためにはしっかりと食事を摂ることが大切です。豚肉は疲労回復に必要なビタミンB1が豊富です。夏野菜のきゅうりに含まれるカリウムは体の塩分バランスを整えてくれます。

暑い時に食べたい水羊羹。ケアプラザでは人気の定番デザート。お砂糖は足さず、少量の塩であんこの絶妙な甘さを引き出しています。今月もどこかで登場するかもしれません。お楽しみに!



## ケアマネジャー通信

### 磯子区あんしんネットワークと見守りシールのご紹介

磯子区あんしんネットワークとは、認知症等により行方不明になる心配のある方の情報を事前に届け出て頂き、その情報を磯子区役所・磯子警察等と区内7か所の地域ケアプラザで共有し、実際にその方が行方不明になってしまった場合やその方が保護された時に、身元の確認とご家族への連絡を円滑に行える事を目的としたシステムです。

このシステムのご利用には事前登録が必要になります。ご登録は区役所やケアプラザで受け付けています。担当ケアマネジャーにもご相談ください。



見守りシール(左図)とは、個人情報に配慮した形でご本人の身元の特定に繋がる情報を衣類や持ち物に張り付けておくシールです。実際には、発見者がシールのQRコードを携帯で読み取り、表示された電話番号に連絡をするとコールセンターに繋がり、身元が判明し、コールセンターからご家族に連絡がいくという仕組みになっています。こちらの申し込みも区役所かケアプラザになります。

横浜市根岸地域ケアプラザへのご意見、ご要望、お気づきの事、改善して欲しい事などお伝えください。館内設置のご意見箱またはQRコードをご利用下さい。

