

# 中田かわら版 4月号

～中田地区の福祉保健活動をお知らせします～

発行：中田の福祉と保健を考える会  
製作：中田かわら版制作編集委員会

協力：泉区役所 泉区社会福祉協議会  
横浜市踊場地域ケアプラザ

## 中田に初の特別養護老人ホーム

### 「めぐみ」を訪ねて

今年1月6日に開所した「めぐみ」(宮原学施設長)は、中田といっても唯一町名に“東西南北”のないところに完成した。方向的には国際親善病院駐車場、あるいは宮の台スポーツ広場のすぐ近くだ。

真新しい施設で、41歳の若き宮原施設長以下スタッフが、はつらつと仕事に打ち込んでいた。私たちの訪問(2月14日)にも礼儀正しく応待してくれた。2階建て、建物面積2135.35㎡、40室はすべて個室。個室といってもかなりゆったりとしたスペースだ。



1月完成した「めぐみ」(正面玄関前)



1階の玄関から先は広い廊下、居間のようになって両側にはテーブルとイスがあり、誰もが自由にここで歓談したり、くつろぐことができる。左側の四角のテーブルは、職員のミーティング用に置かれているとのこと。(=写真左) どこもオープンな感じである。

食堂、洗濯場、風呂場は広くはないが行き届いている。特に風呂場は最新の設備があった。完成間もないという

こともあり、宮原さんは一日も早く地域との交流を進めることが大事と考え、真っ先に伺ったのが泉区社協だった。これからは入居者のためのサークル作り・ボランティアの募集などが計画されている。

ところで、一階左側の広い壁に全スタッフのメッセージが色紙風にかかれ、飾ってあった。宮原さんの“目標”には、「人生の先輩であるご入居者への敬意を忘れない。また、めぐみに関わる全ての人に『恩愛の絆』を強める」と書かれていた。別れ際に「日ごろ職員に対してどんな言葉をかけていますか」の質問に「もう一言、加えた介護を下さい」。なかなか奥深い言葉だ。この姿勢がある限り「めぐみ」は人々から愛され信頼されることになるだろうと思った。(編集委員 宮田貞夫)



熱い思いが伝わってくるスタッフの皆さんのメッセージ

※地域のイベント情報は、泉区社会福祉協議会のホームページでもご覧いただけます。

# 5月のイベント

## 【町ぐるみ健康づくり活動】

場所：立場地区センター

日時：5月3日・17日 10:00～11:30

内容：3日はバランス体操。17日はリズム体操。  
以降、原則第1第3土曜日に、立場地区センターや踊場地域ケアプラザで活動します。どなたでも参加できます。

費用：年間500円

主催：中田保健活動推進員

## 【中田かわら版編集委員募集】

中田かわら版の制作をお手伝いしていただけるボランティアを募集しています。毎月第2月曜日午前中に踊場ケアプラザにて編集委員会を開催しています。中田の地域活動を取材したり、文章を作成したりなど、活動を通して中田のまちにもきっと詳しくなれます。経験は問いません。お気軽にお問合せください。

Tel801-2920 踊場地域ケアプラザ：生田

## 定期イベント情報

- 中田友遊会（高齢者サロン） 5月8日（木） 13:30～15:00 中田町会館
- 中田子育てサロン 5月9日（金） 10:15～11:45 踊場地域ケアプラザ
- 春日健康づくり教室 5月4日・18日（日） 9:30～11:00 葛野コミュニティーハウス
- 白百合愛児園（連絡先805-5911）・育児相談 月～金 9:30～16:00  
・園庭開放 火土 10:00～11:30・図書の日 水 10:00～11:00
- 中田社協子育てサロン 5月22日（木） 10:15～11:45 葛野コミュニティーハウス
- 二十日会（一人暮らし高齢者の食事会：要予約）5月20日（木） 11:45～ 踊場地域ケアプラザ
- 憩いの会（宮の台サロン）5月1日（木） 12:00～14:30 宮ノ台町内会館
- ひまわり（広町サロン）5月12日（月） 13:00～15:00 広町自治会館
- 中田希望会（中途障がい者の会）5月8（木）・22日（木） 13:30～15:30 踊場ケアプラザ
- 青少年居場所づくり 5月17日（土） 9:30～12:00 立場地区センター



## ご存知ですか「3033（サンマルサンサン）運動」

運動やスポーツをくらしの一部として習慣化しようと、神奈川県が推進している運動です。運動やスポーツを習慣化すると、健康の保持・増進やストレス解消、新陳代謝を高め若さを保つなどの効果がいっぱい！無理の無いところからはじめてみましょう。

### 1日30分

気軽に体を動かしましょう。10分程度の運動をあわせて30分でも結構です。

### 週3回

できれば2日に1回、運動しましょう。運動の効果が期待できる目安です。

### 3ヶ月間

続けてみましょう。運動週間が身につき、体調がよくなるなど運動の効果が現れます。

このチラシの情報をより詳しく知りたい方は、踊場地域ケアプラザ 生田（いくた）まで問い合わせください。

TEL 801-2920

FAX 801-2923