

中田かわら版 2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

車いすの体験もやったよ

中田連合自治会防災訓練



平成20年度、中田連合自治会防災訓練が12月7日、中田小学校校庭で行われた。22回目を迎えたこの日、28の自治会と連合役員、家庭防災員、防火防災委員、および地域作業所「トムトムの家」「なかだ」など460人が参加した。なかでも「ジョイカンパニー」はほぼ全員の約40人が参加した。障がい者が参加するようになって2年目になるが今回のように70人を超す参加は

初めて。

訓練は泉消防署、消防団の協力・指導で5種目を体験した。心肺蘇生法(AED)、煙ハウスのくぐりぬけ、消火器を使った初期消火、ジャッキの使い方など。起震車では4人一組になり車に上がって自身の強さを体験、震度が上がるにつれて必死にしがみついた光景も見られた。校庭の一角に設けられた10台の車いす体験コーナーでは、「トムトムの家」の水野直子さんらから車いすの注意や操作の説明後2人一組となり車に乗る人、押す人になって段差や坂の上がり降りを体験。望月榮連合会長も試乗、「意外と大変だね」と感想を述べていた。



この訓練は平成16年からスタートした「中田の福祉と保健を考える会」の一環で、地域の障がい者を含めた大掛かりな防災訓練は地域全体が理解するという意味では大きな成果があったのではないかと。反面、トイレの数が少なく狭い。段差などバリアフリーでいくつかの課題があったが、班ごとに別れ訓練場所への効率的な流れ、参加者が積極的に学びとろうとする態度など進歩のあとがみられた。

会場の何人かの参加者から聞いた意見を紹介したい。

- せっかくの機会だから備蓄倉庫の中を見たかった。特に高齢者や乳幼児の食料、備品などの保管など。
- 高齢者や子どもの参加が少ないのはなぜか
- 自治会の参加者にペットボトルや軍手など支給したが、この日のために休暇出勤した作業所の者には何も無かった。全員公平にしてほしかった。
- ペットボトルなど配るいみがあるのだろうか、訓練に邪魔になるだけ。終わりに豚汁を食べるのは楽しい。各自が飲み物、食べ物を持参して町会ごとに集まって昼食を囲んだら集団生活の訓練にもなると思う。



(編集委員 宮田貞夫)

3月のイベント

【第5回「なかだ市」】

日時：3月7日(土) 10:00~14:00
場所：地域作業所「なかだ」(第1)
中田南 4-35-27 葛野小学校そば
内容：模擬店、焼きそば、生うどんと森農園の新鮮野菜の即売。ソフト粘土の体験や通所者によるピアノ演奏と手品の実演。今回は葛野小児童の作品展示コーナーも特設。
連絡：地域作業所なかだ TEL802-4410

【小中学校卒業式】

3月10日(火)
・ 中田中学校
・ 汲沢中学校
3月19日(木)
・ 中田小学校
・ 東中田小学校
・ 葛野小学校



定期イベント情報

- 中田友遊会 (高齢者サロン) 3月12日(木) 13:30~15:00 中田町会館
- 中田子育てサロン 3月13日(金) 10:15~11:45 踊場地域ケアプラザ
- 町ぐるみ健康づくり活動 3月7日・21日(土)10:00~11:30 立場地区センター
- 春日健康づくり教室 3月1日・15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 木・土 10:00~11:30・図書の日 水 10:00~11:00
- 中田社協子育てサロン 3月26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) 3月20日(土) 11:45~踊場地域ケアプラザ
- 憩いの会 (宮の台サロン) 3月5日(木)12:00~14:30 宮の台町内会館
- ひまわり (広町サロン) 3月9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) 3月12日・26日(木) 13:30~15:30 踊場地域ケアプラザ
- にこにこパーク (親子の広場) 毎週月・水・金 10:00~15:00 白百合ベビーホーム
- 青少年居場所作り 3月21日(土) 9:30~11:30 立場地区センター

◆ **ボケ防止は簡単!?** 高齢者の脳の健康寿命は高齢者最大の望みではないだろうか。要するにボケたくないというのは誰もが思っている点だろう。最近の研究でわかってきたことは、脳の中でも大脳の前頭前野の機能を鍛えることによって予防できるというのである。前頭前野は記憶、思考、学習、意欲、注意や行動の制御、自発性などをつかさどる機能であることは知られている。『脳の老化は自分で防げる』(講談社)に書かれているが、要は昔から言われている「読み書きソロバン(計算)」が前頭前野を活性化するという研究結果が出た。幸いなことに決して難しいことではなく1ケタの足算、やさしい文の音読、手紙文のように気楽に書くなど学習時間を毎日わずか10分か15分で充分ボケ予防に効果があるといっている。これなら出来そうな話だ。早速実行してみては。(宮田貞夫)



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