

中田かわら版 3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

施設見学から
町ぐるみ健康教室まで

保健活動推進員

保健活動推進員は、現在中田地区 32 町内会で 42 名が、文字通り中田の皆さんの健康を増進させる活動をしています。活動は「施設係」「広報係」「町ぐるみ健康づくり活動係」の三部会が計画をたて実行に移しています。

○ 施設係

地域にある福祉施設の見学を行っています。また施設への協力も行っています。これまで、めぐみ、恒春の郷、トムトムの家などの福祉施設を見学してきました。

○ 広報係

年に 1 回、広報誌を発行し、中田にお住まいの皆さんに健康についての様々な話題を提供しています。今年度は文化祭のときに号外も 1 回発行しました。

○ 町ぐるみ健康づくり活動係



御霊神社へウォーキング

また、三部会の活動以外にも、中田文化祭に参加して体力測定を行ったり、民生委員や友愛活動推進員と協力して高齢者の見守りを行ったり、ヘルスメイトと区役所にて健康づくりフェアを開催したりと、様々なところで活動しています。

なお、「町ぐるみ健康づくり活動」では女性の参加が多く、男性の方の積極的な参加をお願いしたいと思います。

(木下良江 編集委員)



町ぐるみ健康づくり活動

町ぐるみ健康づくり活動は、泉区福祉保健センターと協力して、立場地区センターを中心に月 2 回第 1・第 3 土曜日の午前中にバランス体操・リズム体操、フラダンス、はまちゃん体操などの健康体操や、ウォーキング、骨密度測定、栄養教室など多くの講座を実施しています。毎回 50～70 名の参加があります。今年度末で今まで参加していた方は卒業となります。より多くの人に参加していただくためです。



文化祭での体力測定

4月のイベント

【町ぐるみ健康づくり活動・参加者募集】

期間：平成21年4月～平成22年3月
月2回 第1第3土曜日
10:00～11:30 立場地区センター
費用：年間500円
内容：健康体操(4/18)・バランス体操(5/2)
ウオーキング(5/16)など
申込：4月18日9:30～立場地区センター
問合せ：内野弘子 TEL803-1528

【中田さくらまつり】

日時：3月29日(日) 10:00～15:00
場所：中田小学校グラウンド
内容：各種模擬店、イベント
主催：中田小学校同窓会



定期イベント情報

- 中田友遊会（高齢者サロン） 4月9日(木) 13:30～15:00 中田町会館
- 中田子育てサロン 4月10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 4月18日(土)10:00～11:30 立場地区センター
- 春日健康づくり教室 4月5日・19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 4月23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）4月20日(月)11:45～踊場地域ケアプラザ
- 憩いの会（宮の台サロン）4月2日(木)12:00～14:30 宮の台町内会館
- ひまわり（広町サロン）4月13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）4月9日・23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 4月28日(土) 9:30～11:30 立場地区センター

◆ 災害時の通信手段。横浜泉アマチュア無線クラブ

地震などの災害時、電話は使えなくなってしまう可能性が高く、そんなときに活躍が期待されるのがアマチュア無線。泉区でもアマチュア無線クラブが防災に備えて活躍しています。（以下ホームページより）

横浜泉アマチュア無線クラブは1985年旧戸塚区から分区した際に設立された地域クラブです。特徴として、クラブ会員は横浜市アマチュア無線非常通信協力会泉区支部として大地震等などの災害が発生し公共の通信が不能の際に、情報の収集・情報伝達などアマチュア無線の機能を活用し、地域住民の安全・安心確保のために運用できるように定期的な防災訓練を泉区役所との連携を保ちながら活動しております。その他には不用品交換会・フィールドミーティング・移動運用・技術講習会・子供ラジオ製作会などの活動を行っております。（木下良江 編集委員）



防災訓練会場での通信訓練

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