

社会福祉法人 横浜市福祉サービス協会
発行 横浜市いずみ中央地域ケアプラザ
住所 横浜市泉区和泉中央北五丁目 14 番 1 号
TEL 805-1700 ・ FAX 805-1798
発行責任者 所長 諏方 弘美
地域交流版 第162号 R8年9月発行

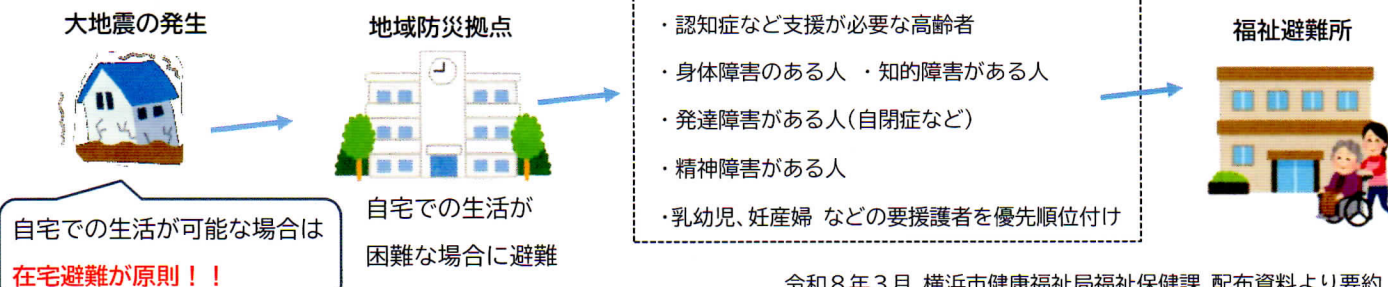
「福祉避難所」ってどんなところ？

～地域の協力が必要となることがあります～

◆ケアプラザは福祉避難所となります。

- 福祉避難所とは、地域防災拠点に避難された人のうち、そこでの避難生活が難しいと判断された人を受け入れる二次的な避難所です。直接避難はできません。
- 高齢者施設や障害者施設などを福祉避難所として指定しており、区役所の要請により開設します。

- 区役所から派遣される保健師等の専門職により福祉避難所への避難が必要と判断された人が対象です。※開設状況等によっては避難できない場合もあります。
- 被災状況により開設できない場合があります。（建物・設備の被害や人員不足など）
- 開設には一定の時間が必要です。（施設利用者・職員の安全確保及び施設の安全確認の為）



清水先生の健康相談コラム

今年も冬に備えましょう

インフルエンザと肺炎球菌ワクチンのお話



朝晩に少しずつ涼しさを感じる季節になりました。

寒くなると、インフルエンザなどの感染症が流行しやすくなります。元気に冬を過ごすためにも、早めのワクチン接種を考えてみましょう。

インフルエンザワクチンは、65歳以上の方を対象とした定期接種が例年10月から始まります。高齢になると、インフルエンザがきっかけで肺炎を起こしたり、持病が悪化したりすることがあります。ワクチンは感染を完全に防ぐものではありませんが、重症化を防ぐ効果が期待できます。接種後、効果が現れるまで約2週間かかり、その後5か月ほど効果が続くため、流行が始まる前の10～11月頃の接種がおすすめです。

また、65歳で定期接種の対象となる肺炎球菌ワクチンも新しくなりました。現在は「プレベナー20」というワクチンが使用され、原則として1回の接種で完了し、これまで行われていた5年毎の追加接種は基本的に不要となりました。

ワクチンは、冬の寒さから身を守るコートのように、重い病気から体を守る大切な備えです。対象となる方には自治体から案内が届きますので、内容をご確認のうえ、ご希望の方はかかりつけのクリニックにご相談ください。

元気に冬を迎えるために、早めの準備を心がけましょう。



清水内科クリニック
しみず きたる
清水 学 先生

ハロウィンのアレンジメント

日にち：10月3日（土）

時間：1部 9：30～10：10

2部 10：20～11：00

3部 11：10～11：50

場 所：いずみ中央地域ケアプラザ

講 師：山本 憲子 氏

対 象：地域の方

参加費：500 円

定 員：各5名（3部制となります。）

* 応募多数時抽選

《お申込み・お問合せ》

電話またはメールにて受付けます。

9月7日（月）10：00～

9月26日（土）16：00まで

✉ izumichuo-hp@hama-wel.or.jp

①講座名 ②お名前（フリガナ）③学年・学校名（小学生の場合）④希望の講座時間をお願いいたします。

*返信メールが受信できるように設定して下さい。

*参加の可否をご連絡しますので、電話番号・メールアドレスをお知らせください。

いずみ中央地域ケアプラザ ☎ 805-1700（戸越）



昨年の作品



第3回 いずみ中央オレンジサロン

チームオレンジ事業

「大人のためのコンサートリーディング」

コンサートリーディングとは、音楽と共に楽しむ絵本の読み聞かせのことです。

10月29日（木）午前10時～11時30分を予定しています。

☆ 申込開始9/30（水）～ 詳細はそよ風10月号にてお知らせいたします。



認知症サポーターキャラバン

地域活動交流事業より実施報告



夏休みに小学生を対象とした調理体験講座を開催しました。参加した子どもたちは協力して調理を進め、「にんじんマフィン」と「豆腐白玉ポンチ」を作りました。試食タイムでは会話も弾み明るい声が響く交流のひとときとなりました。

子どもたちの感想

- ・みんなで協力して、にんじんマフィンとフルーツポンチを作れてうれしかった。
- ・にんじんをすりおろしたり、しらたまを作ったりするのが、すごく楽しかったです。
- ・このようにたのしいたいけんが、いえでもできるといいです。



川柳のついで

川柳を作ってみませんか。
ご参加お待ちしております。

*九十路坂 認知症予防にカラオケを 歌うは演歌男の背中

*人生は 人と比べず無理せずに 素直に生きることが第一

弘 峰

そよ風 9月号に関するお問い合わせ

横浜市いずみ中央地域ケアプラザ

〒245-0024 横浜市泉区和泉中央北五丁目14番1号

TEL 045-805-1700 担当：地域活動交流 戸越 浩美

お知らせ



いずみ中央地域ケアプラザは
第2日曜日が休館日です。





立場地区センターだより

立場地区センターも地域と共に40年

令和8年9月

★休館日:9月14日(月)、10月13日(火)

《立場地区センター》

〒245-0012

横浜市泉区中田北1-9-14

TEL. 045-801-5201

FAX. 045-805-1954



◆横浜市立場地区センターは、「和の会」(理事長 井上昌司) が指定管理者として管理・運営しています◆

★子ども化学講座



「牛乳パックで全自動の ホットケーキづくり体験」

作って食べられる化学体験!

9月26日(土) 13:00~14:30

【対象】小学生

【定員】先着12人

【材料費】700円

【申込み】9月11日~20日

電話か窓口へ

★親子でリズム(秋組)(全5回)



幼児期に音楽を通して能力を伸ばしましょう

10月20日~2月16日(第3火曜日)

9:30~10:30

【対象】1歳6か月~3歳の幼児と保護者

【募集】抽選20組

【参加費】1,500円(5回分)

【申込み】9月15日~10月6日

電話か窓口へ

★プレイルームのスペシャルタイム



「ママパパキッズ・ハッピーヨガ」

9月29日(火) 11:45~12:00

15分間限定のスペシャルタイムです。

親子ヨガでスキンシップも楽しんで!

【対象】幼児と保護者 当日自由参加 無料

★【ぺんぎん

おやこ広場】

(子育て相談)

毎週木曜日

10:00

(プレイルーム)

★【赤ちゃん教室】

毎月第3火曜日

10:00 (和室)

★【中田子育てサロン】

毎月第1水曜日

10:00 (和室)

★行政書士無料相談(神奈川県行政書士会戸塚支部)

9月12日(土) 9:30~11:30

★お茶を楽しむ会(泉区茶道会:伊藤宗禮)

9月12日(土) 10:00~14:00

★絵本だいすき!読み聞かせ(お話し会MAY)

9月24日(木) 11:00~11:40

★おもちゃの病院(おもちゃドクターグループ)

9月19日(土) 10:00~15:00

予約受付中!



《新着図書》

【絵本】

- ・こねこねねこのねこピッツァ
- ・まんいんでーす!

【児童書】

- ・数字がわかれば世界がわかる!
- ・すごすぎる数の図鑑
- ・世界の研究者が驚いた!
- ・小学生のためのすごい実験図鑑

【成人】

- ・タイム・アフター・タイム
- ・ふたりの祖国



体 ほぐれる、心 ととのう

わたしの

ヨガ時間

～女性のためのヨガ講座～

女性限定
お子様連れ可
初心者歓迎

2026

9月

2・9・16・30日

全4回 水曜日

(都合の良い日のみ受講可)

10:00～11:00

1回 500円

ヨガインストラクター

成田はるか 先生



募 集

8月1日～
各回 先着10名

受講料

当日お持ちください。
お釣りのいらないようお願いします。

お申込み・お問合せ

中和田コミュニティハウス
045-805-1401

持ち物

上履き、タオル、飲み物
ヨガマット(レンタル有 1回500円 4名分)



火曜・金曜 休館

※ 駐車場はございません
(駐輪場あり)