



4月24日(月) 横浜市中区福祉保健センター 無料結核検診 & 寿町勤労者福祉協会 無料健康診断

コラム

皆さん、横浜市民の心配事の第1位はなんだと思いますか？この10数年トップは自分の病気や老後のことです。安心した生活を送るためには、日々の健康づくりと定期的な健康診断が重要です。

寿町勤労者福祉協会では、4月と10月の年2回、中区福祉保健センターの無料結核検診（胸部X線検査）に合わせて無料健康診断を実施しています。問診・血圧測定・血液検査・尿検査などによる健康チェックを行い、その結果に応じて必要な医療や保健指導につなげています。（今年は4月24日と10月23日に実施）

6月30日には、済生会病院が胸部X線検査を含む無料健康診断を実施します。会場は、いずれも横浜市生活自立支援施設「はまかぜ」です。

4月24日（月）実施した健康診断では、56名の方々が受診されました。結果のお返しは、5月15日（月）から19日（金）に当協会診療所で行いました。次回は、10月23日（月）午前に「はまかぜ」で実施する予定ですので、ご自分の健康管理に、是非ご活用ください。

ネコフェス ちゃんと楽しむ街

寿にはたくさんの猫が住んでいます。その愛らしい姿にいやされている方も多いのではないのでしょうか。

今回はポートピア横浜近辺で暮らしている猫ちゃんをご紹介します。

ここには五、六匹の猫が自由気ままに暮らしています。そのうちの二匹の猫は、カメラを向けると照れながらもポーズをとってくれました。

ナワバリ争いもあるのか、怪我をした口元は痛々しかったですが、元気に歩いていました。

皆さんもこの辺りを通る際は是非このネコちゃんにご注目ください。



「僕たちは寿の街に住む猫だニャー」

2017年 JUNE 6月

寿町総合労働福祉会館(仮設施設)  
開・・・図書室、多目的ルーム開室  
休・・・休館

☕️🍴 サロンと昼食会  
🍴 昼食会  
木楽な家3階  
午前11時30分  
料金 200円

映画 クラブ 15日(木) 🎬  
1963年12月31日に公開された、日本一シリーズ第5作目  
「日本一の男の中の男」を上映します。  
どうぞお楽しみに！  
午後1時30分～(予約不要)  
寿町総合労働福祉会館(仮設施設)  
3階多目的ルーム

🍵 茶話会 6日(火) 🍵  
茶話会と講座を開催します！  
今回の講座は、7月の作品展に出展する作品を制作します。何を作るかは、当日のお楽しみ！  
お茶とお菓子を用意してお待ちしています！  
午後1時30分～午後2時30分  
寿町総合労働福祉会館(仮設施設)2階 **なごみの里**  
※会館図書室と木楽な家2階に掲示してある参加申込書に氏名をお書きください(定員になりしだい終了)

日	sum	月	mon	火	tue	水	wed	木	thu	金	fri	土	sat
	28		29		30		31		1		2		3
									昼食会				開
	4		5		6		7		8		9		10
				休	生活館 休 昼食会 & サロン	☺️ 茶話会 午後1時30分							休
	11		12		13		14		15		16		17
			休	生活館 休 昼食会			☺️ アレンジ ボウリング 午後1時30分		昼食会 ☺️ 映画クラブ 午後1時30分				開
	18		19		20		21		22		23		24
			休	生活館 休 昼食会 & サロン			☺️ スマイルゴルフ 午後1時30分		☺️ うたごえクラブ 午後1時30分				休
	25		26		27		28		29		30		1
			休	生活館 休 昼食会 ☺️ 囲碁・将棋 午後1時30分			自己啓発		昼食会				

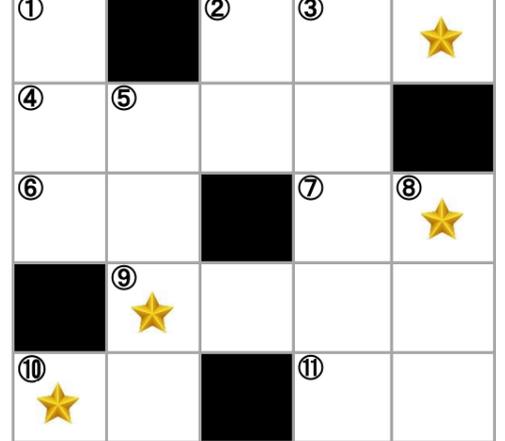
寿労働センター技能講習募集のお知らせ

募集期間 受付選考日  
けん引 6月12日(月)～6月16日(金) 6月20日(火)  
大型特殊 6月26日(月)～6月30日(金) 7月 5日(水)

注意 募集期間中に電話での申込が必要です。詳細は下記へお問合せ下さい

技能講習班 ☎ 045-662-5862

クロスワードパズル



【タテのカギ】  
① 1959年「南国土佐を後にして」が空前の大ヒットとなったペギー○○○  
② 英語では、ドクター  
③ 6月1日は…  
⑤ 一昨年は6月3日、昨年は6月5日でした  
⑧ 署名すること

【ヨコのカギ】  
② 意地を張ってつまらぬことに頑固なこと  
④ 熊本県南の中心市で県下第2の人口を有する田園工業都市  
⑥ 生糸の原料  
⑦ 勇敢で気力に富む強い人  
⑨ 生きていく張り合いや喜び  
⑩ 夏になるとたくさん出てきます  
⑪ 人と人とのかわりあい、前世からの○○

「★」の部分を選び替えてできる言葉が答えです。



☆答えがわかったら図書室で景品をもらおう ※景品はお一人様、一点限りです。  
【5月号の答え】 カ シ ワ モ チ

地域資源シリーズ **第5回就労継続支援B型事業所⑤『ハマドリ』の巻**

その事業所は、長者町1丁目交差点の角、立ち食い蕎麦店ゆで太郎のあるビルの3階にあった。もともと測量会社の社長だった堂谷内氏が『ハマドリ』を開設したのは、中学時代の恩師森川先生の影響らしい。そして『ハマドリ』という名の由来は、25年間続けた”ハマドリ乗船会“という名の障害児支援の事業名を世に残したかったからという。

立ち上げが平成22年7月、既に7年がたとうとしている。定員20名。最初の2年間は利用者が集まらなかったが、今は登録者数17名。毎日コンスタントに10人以上は集まる。

最初の印象は、『利用者が明るい!』ということ。『会社や学校に行きたくない人でも、家にこもっているより楽しいから行きたい場所でありたい』と竹澤サービス管理責任者は言う。男性・女性、18~63歳の幅広い利用者の中で、特に20代~40代の若い人が目立つ。

しぼりが少ない…テレビがついたまま、私語“歓迎”だから冗談やギャグが飛び交いノリがいい、携帯OK、いつ帰ってもいい…から、ながら作業に夢中。利用者も来るのが楽しいという。家族も『ここに来るようになってから、明るくなった。こんな子だった?!』と高評価。

作業は…豆や果物の乾燥物、お茶などを計量して小袋に分けラベルを貼ったり、チラシをセットしたポケットティッシュ作り、ワインの箱作り、など色々だが、食べ物の扱いにはマスク・手袋・エプロンを着用するなど神経を使う。工賃が上がらないのが悩みだが、その分、レクリエーションにも力を入れる。“最後の受け皿(?)”と期待される『利用者第1主義』の事業所です。



☎231-0033 横浜市中区長者町1-3-10 横浜ペインティング 第3ビル 3F 045-315-2678

出展作品募集中 **第24回ことぶき作品展** 開催のお知らせ

開催期間:7月4日(火)~7月7日(金)の4日間  
寿町総合労働福祉会館 3階多目的ルーム



※受付: 寿町勤労者福祉協会(仮施設)3階図書室  
出展頂く場合は、ご連絡頂ければ職員が取りに伺います



**新生寿でい**においでませい!!  
~生まれ変わった“ふれあいの広場”~

これまでは中区役所から神奈川県匡済会が受託実施してきた『寿でい』ですが、4月1日から“純正”匡済会事業に生まれ変わりました。健康体操やレクリエーションをしたり、お茶を飲みながらゆっくり過ごせる“ふれあいの広場”です。以下の利用上の変更点があります。

①介護サービスを受けていても利用できます。  
②おおむね65歳以上の方が利用できます。  
③週何回でも利用できます。  
④どなたでも、直接申し込み利用できます。

開催日 **火水木金** 午前9時~午後2時まで  
(年末年始・祝日除く)

ご利用料金 **参加費 100円 食費 300円**  
※お風呂・昼食の提供があります



社会福祉法人 **神奈川県匡済会**  
かながわけんきょうさいかい 070-4433-3270  
〒231-0026 横浜市中区寿町4-13-1 寿福祉プラザ内 2階

中土木事務所 からのお知らせ **松影町・寿町周辺地区再整備事業のお知らせ**

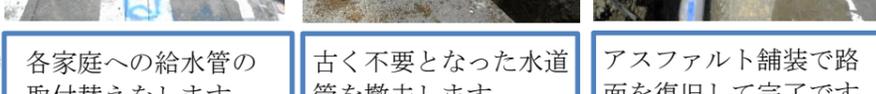
~今回は、水道工事を紹介します~  
横浜市水道局では、古くなった水道管を新しく地震に強い管に布設替えする工事を進めています。



数か所試験掘りを行い布設位置を確認します。



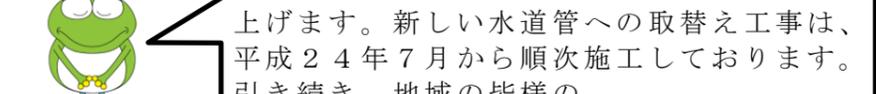
掘削して水道管の布設準備をします。



新しい水道管を布設します。



各家庭への給水管の取付替えをします。



古く不要となった水道管を撤去します。



アスファルト舗装で路面を復旧して完了です。



水道工事にご協力いただき心より感謝申し上げます。新しい水道管への取替え工事は、平成24年7月から順次施工しております。引き続き、地域の皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。

日程	平成29年度												
	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	
水道				施工中									
道路				施工中									
会館	解体										新築		

【問い合わせ先】  
中区中土木事務所 電話641-7681 水道局キャラクター **はまピョン**

**かたんごはん Vol.7** 栄養バランスの良い簡単レシピを中区福祉保健センター福祉保健課健康づくり係より紹介します。  
【お問い合わせ先】☎045-224-8332

梅雨の季節となり、蒸し暑い日が続いて、食欲が落ちたりしていませんか? これからの熱中症や夏バテ予防のためにも、1日3食しっかり食べる習慣をつけましょう! これからの季節におすすめの、野菜たっぷりカレーを紹介します。

ごはんはもちろん、うどんやゆでたマカロニなどにかけてもおいしいです。

トマトやブロッコリーなどの「緑黄色野菜」は栄養も豊富です。今回はトマト缶で紹介していますが、生のトマトを切ってもおすすめです。冷凍ブロッコリーは解凍してサラダにしても食べられますし、さっと炒めてもおいしいです。



スプーンなどでさっくり混ぜて、ラップなどでふたをし、電子レンジへ



約5分あたためる (500Wの場合)

※ツナ缶を大豆の水煮缶にかえてもおいしいです。

**野菜たっぷりトマトカレー**

- 【材料】1人前
- ①カレーレトルト 1パック
  - ②ツナ水煮缶 1缶
  - ③トマト缶(カット) 1/2缶
  - ④冷凍ブロッコリー 適宜
  - ⑤きのこ 1/2パック

