



ことぶき

12

2020年12月
No.180

(公財) 横浜市寿町健康福祉交流協会 広報紙



ことぶき作品展

センターまつりは中止しましたが
作品展は開催いたしました。
ご協力ありがとうございました。



〇〇さんと、 健康コーディネート室と



このコーナーでは、私たちといっしょにがんばって
くださっているみなさんを紹介し、応援しています。

健康コーディネート室はセンター2階
月～金曜日9～17時(昼休12～13時)

Case.009



第九回は みやもとさんと、健康チェック。

ここの診療所に並んでる時にな、健康コーディネート室が
見えるんだよ。ここなんだ!? って思ってたら、声かけて
くれてな、入るようになったんだよ、おしゃべりしにな。

コトブキ?もう50年もいるよ! 変わっていったねえ、
まちも、ひとも。こんな人(小西室長・写真右)もいて!
こないだ寄った時なんか、俺の誕生日祝いまで
してくれてさ、そんなことしなくてもいいのに!
え?うれしくなかないよ! ダハハハハ!!



健康チェック

血圧計などで無料の健康チェックができます。
日常のコミュニケーションの場にもなっており
利用者との関係づくりを重視しています。



※撮影のため一時的にマスクを外しています



寿地区の介護を含む福祉事業を語る際に忘れてならないのは、1997年（平成9年）に開業した“木楽な家”の役割だ。

1階のメインストリートに面した場所には調理室があって、ガラスに貼られた“コトブキンちゃん”は手にしゃもじを持っている。その奥には、トイレと階段を挟んで小規模ながら入浴施設がある。

木楽な家運営委員（寿地区自治会事務局長）の佐藤さんに話を聞いた。入浴施設の運営方法については、地域的な検討が必要だった。地域の高齢化等に伴い、入浴施設の利用対象者の範囲をどうするか、利用方法をどのようにするかなどの課題である。今のように、簡易宿泊所にコインシャワーがたくさんある時代ではなかった。地域の貴重な入浴資源として、公衆浴場を

利用できない住民に使ってもらいたいということになったが、この時期まさに介護保険制度施行前夜であり、制度に先行して地域で介護事業を進めていた介護事業所などから、介護の必要な方々が利用できるようにしてほしいという要望が、行政を通じて木楽な家の運営委員会に寄せられた。

現在、毎週水曜日は木楽な家の直営事業である入浴事業をおこない、自力で入浴が困難な方々を対象に、木楽な家のスタッフが介助して入浴してもらっている。火曜日の休館日以外は、曜日ごとに一定量の利用ニーズを持つ介護事業所に、浴室の利用の提供を行っている。浴室には、移動用のリフトも設置されており、自力で入浴できない方々にとって、欠くことのできない地域資源となっている。木楽な家の入浴事業の介助スタッフである由良さんは、「翌日の利用に備えての清掃があるため、入浴は午後2時30分頃までとなる。水曜日には平均7～8名が利用している。20年続けているこの仕事は自分の日常になっており、今では大変と感じることはない。利用者のくつろいだ表情を見ると、やはり入浴は人間にとって大事なんだと実感する。」と柔らかい表情で語ってくれた。



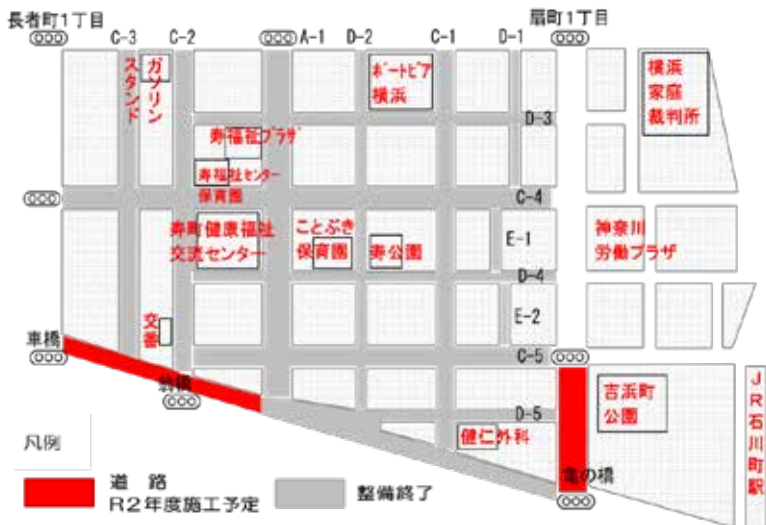
▲入浴施設には、介助が必要な人のためにリフトが備え付けられている

文：いぶき委嘱記者 中路博喜（市民の会寿アルク事務局長、NPO 法人ことぶき介護ヘルパー）

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

令和2年度 工事予定箇所



10月中旬に道路工事の施工業者が決定しました！
今年度は、外周路線(亀の橋周辺、車橋周辺)の道路工
事を行います。

～今後の工事予定～

12月 工事準備(現場の測量等を行います。)

1月上旬 工事開始予定

工事開始の時期が変更となっています。

詳細な日程につきましては、沿道を中心に別途「工事の
お知らせ」等でご案内します。

*関係部署等との調整により、今後道路工事の範囲を一
部変更させていただく場合がございますが、ご了承ください。

1月頃から道路工事を行います。
皆様にはご不便おかけしますが、ご協力よろし
くお願いします。



日程 工事	令和2年度												
	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	
道路工事													外周路線等

【問い合わせ先】 中区中土木事務所
電話641-7681

美術家・竹本真紀さんと、みんなでつくる 交流企画「山車づくり」レポート

11月10日(火)～14日(土)にかけてセンター入口で、美術家の竹本真紀さんがご自身の作品の公開制作を行ないました。センター利用者さんといっしょに「アマビエちゃん」が乗った山車づくり。参加者は、竹本さんや参加者同士の交流を楽しみ、アマビエのウロコに願いごとを書いたり、自作のイラストをつくり貼りつけました。



※撮影のため一時的にマスクを外しています



寿地区の園児たちの絵も大集合!!

完成!

「アマビエちゃん」は12月末頃まで1階の入口に飾っています!

アーティスト・すぎやまこうきさんによる、お雛子の笛づくりも好評!

竹本真紀 / 作「コトブキンちゃん」グッズ販売中



Tシャツ (ピンク・水色・黄色)
サイズ S/M/L 各 ¥1500
缶バッジ (ピンク・水色・白)
各 ¥200 購入希望者はセンターのスタッフにご相談ください。



竹本真紀プロフィール: 美術家。青森県八戸市生まれ。国立弘前大学教育学部卒業。寿町のアイドル「コトブキンちゃん」の作者。様々なまちや人とコミュニケーションをとりながら作品制作をしています。

センターご利用の皆様へ

クリスマスにちなみ、《赤・緑》のものを身につけている方、持っている方で、**センター1階**をご利用の方に、プレゼントをご用意しました。図書カウンター職員にお声かけ下さい。お一人様1回限り、先着30名様限定です。

12月19日(土)から
12月25日(金)まで



#おうちで作ろう

まぜるだけ! 洋風サケごはん



作り方

- ① ご飯を表示の通りに温める
 - ② スープを半分の湯量で作る
 - ③ ①に鮭フレークと②をまぜる
- ※好みでコショウと白ゴマをかけて食べるとおいしい!!

材料 調理時間5分 材料費200円(1食分)

パックごはん 1個 110円 鮭フレーク 1/3瓶 60円 乾燥スープ 1袋 30円



さっぱり味変アレンジ

まるでチキンライス!? 完熟さっぱり!
トマトポタージュ味なら
即席ケチャップライスに!
卵でつつむとオムライス?



とろ〜り味変アレンジ

まるでチーズドリア!? 濃厚とろ〜り!
ほうれん草ポタージュ味で
野菜もとれてヘルシーに!
鮭かつなも足してみる?



あなたが考えたアレンジも教えてくださいね! 交流センター2階「健康コーディネート室」で待ってます! 監修: 田中淳子(管理栄養士)

☆ **工芸クラブ** ☆

8日
(火)

2020
令和2年

12

休 休館日

12月は、「紙工作・お正月の飾り」です。印刷された用紙を切って、のりで貼って組み立てる紙工作です。縁起の良いお正月飾りの「米俵」をつくります。感染症対策のため少人数制（15人）でおこないます。

【日 時】

12月8日（火）午後1：30～午後2：30

【場 所】

横浜市寿町健康福祉交流センター1階多目的室

【参加方法】

センター1階多目的室前に掲示してある参加申込書に氏名をお書きください。無料です。



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7 生活館休館日	8 工芸クラブ	9 アレンジ ボウリング & 輪投げ	10	11	12
13	14 生活館休館日	15 寿 de 健康クラブ	16 スマイル ゴルフ	17	18	19
20	21 ゆず湯 2階翁湯 生活館休館日	22	23 書道クラブ	24	25	26
27 (休)	28 生活館休館日	29 (休)	30 (休)	31 (休)		



ことぶき作品展が
無事に終了しました

ご来場ありがとうございました。また作品を出展いただきました団体・個人のみなさま、素晴らしい作品をありがとうございました。

次回もどうぞよろしくお願ひいたします。



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

大型一種 12/7（月）～12/11（金） 12/15（火）

※募集期間に電話での申込が必要です。

上記以外にも受講科目がありますので、詳細はお問い合わせください。

技能講習班 ☎ 045-662-5862

①	☆		②	☆	③
			④		
⑤	☆	⑥		☆	
	⑦	⑧			⑨
⑩		☆			

【タテのカギ】

- 〇〇〇の鐘とは12月31日の深夜0時を挟む時間帯に寺院の鐘をつくことである
- 雪の美しい景色を見て楽しむこと
- 必要なものが完全に揃っていないこと「書類に〇〇がある」
- あの方とは、縁も〇〇〇もありません
- 英語に訳すと「チェア」
- もちを杵でつく時に用いる器

【ヨコのカギ】

- 自分の才能や仕事に自信をもち、誇りに思うこと
- 〇〇院とは、大分県大分市と別府市の間の奥まった位置にある温泉地です
- 木の枝や落ち葉などを地面の一箇所に集めて燃やすこと
- からかうこと
- 上位の反対語
- 朝、起きるとプレゼントが置いてありました



前回の答え：チトセアメ（千歳飴）

答えが分かったら、図書コーナーで景品をもらおう♪

