

虫刺されに注意！

大豆戸地域ケアプラザ協力医
大沼 かおる(大沼クリニック院長)
2022年6月

	カ	イエダニ	ノミ	ハチ	チャドクガ
特徴	◎夜・室内： アカイエカ ◎昼間・屋外： ヒトスジシマカ	◎体調 0.7mm 位 ◎布団・衣服にも ぐりこみヒトの 血を吸う	◎体調 2～3mm ◎ネコ・イヌに寄生 ◎30cm 位ジャン プ可	◎ミツバチ：ほとん ど刺さない ◎スズメバチとア シナガバチ：人を 刺し毒性も強い	◎体調 2.5cm 位 の毛虫（黒とオ レンジ色） ◎ツバキ・サザン カによくいる
出没 場所	・室内 ・人家周辺 ・公園・山野	・室内	・室内 ・人家周辺	・人家周辺 ・山野	・人家周辺 ・山野
刺され やすい 部位	顔・手足の露出部	脇腹・下腹部・太も もなど	すね・足	頭・腕の露出部	首・腕
症状	◎大人 （直後にぶくっと 腫れ、かゆい） ◎子ども （直後無症状で 1～2 日後、赤い しこりとかゆみ 出る事あり）	◎1～2 日後 ・かゆみを伴う ・赤いブツブツ	◎1～2 日後 ・かゆみ ・直径 1cm 位の水 ぶくれできる事 が多い	◎直後からすぐ激 しい痛みあり ◎赤く大きく腫れ て痛みが強くな る	◎1～2 日後 ・赤いブツブツ ・激しいかゆみ ・かくとブツブツ 広がる
予防	◎肌の露出を避け る ◎虫よけ剤使用	◎こまめに布団を 干す ◎布団乾燥機使用	◎ペットのノミを 駆除	◎黒いものを攻撃 する習性がある ので、黒い色・濃 い色の服を避け る ◎6月・8月要注 意!!	◎毛虫に触れない ◎ツバキやサザン カになるべく近 寄らない ◎6月・8月要注 意!!

◎上記以外に山野・溪流・海などの旅行先では**ブヨ（ブユ）**にも注意を！

◎虫に刺されたら

〈症状が軽い場合は市販の虫刺され薬使用〉
〈症状が強い場合は皮膚科受診〉

※ハチに刺された時は幹部を冷やすなどの応急処置を行い、医師の診療を受けましょう！

◎虫除け剤は薬の濃さに注意！！

よく含まれている成分に**ディート**という成分あり
12才未満 ディート低濃度（12%以下）を！
6ヶ月未満 低濃度でも不可

※虫除け剤は塗りムラがないように！ 服にもスプレーすると効果的！！

令和4年6月1日発行

大豆戸地域ケアプラザ



まめのま

第92号 令和4年6月～7月
発行：社福）横浜市福祉サービス協会
横浜市大豆戸地域ケアプラザ
発行責任者： 所長 櫻井 敦也

ラジオ体操講座

1級ラジオ体操指導士による正しい体操を学びます

6月15日(水) 要予約
13:30～14:30

大豆戸地域ケアプラザ
多目的ホール

定員：15名
費用：無料



栄養講座

7月19日(火)

10:00～12:00

場所：表谷町内会館

講師：キューピー(株)

費用：無料

要予約(先着 20 名)

おみやげ
付き

主催：大豆戸地域ケアプラザ
申込 ☎: 045-432-4911

まめど
にこにこ
Café

お気軽にお立ち寄りください。新型コロナウイルスの感染状況により
延期又は中止の可能性がございます。
コーヒーやお菓子をご用意しておきます

日時：第2(土) 12:30～15:30

場所：大豆戸地域ケアプラザ

主催：まめどにこにこ CAFÉ メンバー

協力：大豆戸地域ケアプラザ

おしゃべり
しましょう



参加費
100 円
(お茶代含む)

介護のご相談

事業のお問合せ・お申込みは

大豆戸地域ケアプラザ まで…

*介護のご相談はご予約をお願いいたします。
(相談は 17:00 までとなります。)

〒222-0032

横浜市港北区大豆戸町 316-1

電話：045-432-4911 (代表)

開館時間：9:00～21:00 (月～土)

9:00～17:00 (日・祝)

ホームページ：https://www.hama-wel.or.jp/branch/mamedo/

*6月・7月の休館日は 6/20・7/19 です。

【交通】

◆JR・東横線「菊名駅」西口から徒歩 10 分

◆市営・臨港バス「新菊名橋」から徒歩 3 分



年間事業のご案内

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため変更または中止となる場合があります。お電話かホームページでご確認ください。

大豆戸地域ケアプラザ主催の事業

子育て支援	講座名	開催日・時間	参加費	対象	内容
	まめっこくらぶ	毎月第2(水) 10:30~11:10	100円 要予約	8ヶ月以上の 未就園児	親子の交流や仲間作りが 目的のサークル
	ママとハグハグ	奇数月の第4(月) 令和4年度から変更になりました 13:30~14:30	100円 要予約	生後3ヵ月~ 1歳未満	0歳児中心ですが1歳以上の 兄弟も参加可能です
シニア向け	和みのヨガ	毎月第3(木) 15:15~16:30	500円	初心者大歓迎 定員20名	体と心を無理なくほぐし バランスを整えるヨガです
	スリーA	毎月第2(金) 10:00~11:00 毎月第3(金) 13:30~14:30	100円	どなたでも	頭・指・身体を使う認知症 予防ゲーム 脳の活性化に効果あります
	まめゆるーむ	毎月第4(木) 10:00~11:30	100円	どなたでも	脳トレクリエーションと ストレッチ体操で健康作り
	まめどのサロン	毎月第4(日) 13:30~15:00	100円	どなたでも	書道・囲碁・麻雀(初心者)・ 絵手紙・折り紙(偶数月)・ 切り絵(奇数月)
	みんなでラジオ体操	毎月1日 第2・第4(土) 9:30~9:40	無料	どなたでも	ラジオ体操 第1・第2 場所:桜田公園

地域の子育て事業

まめのきひろば	毎月第1(火) 10:00~10:40	無料 要予約	未就園児の 親子	親子のための交流サロン 主催:大豆戸民児協主任児童委員
赤ちゃん会	毎月第3(水) 10:00~11:00	無料 要予約	1歳未満 赤ちゃん会お申込み・お問合せ先	楽しいサロン※育児相談あり 主催:港北区役所こども支援担当
1才2才3才児の会	毎月第3(金) 10:00~10:40	無料 要予約	1~3歳 定員10組	親子で楽しく遊ぶ子育てサロン 主催:篠原北地区主任児童委員

自主団体による事業

みんなの ほっとサロン	毎月第1(土) 13:30~15:00	100円	どなたでも	脳トレやゲームで楽しいひと時 主催:ふたばの会
はあとサロン	毎月第4(土) 12:30~14:30	100円	心病む方と そのご家族	集いの場 主催:はあとネットワーク
かもめのつどい	毎月第3(火) 13:30~15:00	100円	ご高齢の方	スリーAを含む歌の集い 主催:大豆戸地区民児協
スクエアステップ	毎月第1(水) 第3(木) 13:00~14:00	100円	どなたでも	身体と頭を使い転倒予防 介護予防 主催:おまめアップチーム

【総合福祉相談窓口まめど から】

職員の紹介



4月1日に着任いたしました社会福祉士の菊池弥子(きくちやすこ)と申します。福祉、保健の様々な相談をお受けします。活気あふれる地域の皆様とお会いできることを楽しみにしています。どうぞよろしくお願いいたします。

認知症特集

「認知症になっても住み慣れた町でいつまでも暮らし続けたい。」
認知症は誰もがなる可能性があります。いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったためにさまざまな障害が起こり、生活するうえで支障が出ている状態(およそ6か月以上継続)を指します。

横浜市もの忘れ検診
65歳以上の横浜市民の皆様へ 無料で実施
高齢者の5人に1人は認知症になる時代と言われています。年に1回は検診を受けることをおすすめします。

冊子は区役所または地域ケアプラザで配布しています。

今年度、大豆戸地域ケアプラザでは、横浜市のモデル事業「チームオレンジ」に参加します。

チームオレンジとは、認知症ご本人・家族のニーズと認知症サポーターを中心とした支援者をつなぐ仕組みのことです。既存の地域活動を活かしながら、認知症の人が役割を持って参加しやすい環境づくりや認知症の方の見守りサポート体制づくりを進めます。



まめっちのブログ 見てね~!

<https://ameblo.jp/mamedochiikicareplaza/>

