

横浜市浦舟地域ケアプラザ うらふね丸

社会福祉法人横浜市福祉サービス協会
発行：横浜市浦舟地域ケアプラザ
住所：横浜市南区浦舟町3-46
電話：045-261-3315
FAX：045-264-1238
発行責任者：笠石 晃
令和8年8月1日発行 No.106号



参加者募集中

日時：毎月第3火曜日
13:30～14:45
対象：65歳以上
募集：若干名
参加費：1回300円
講師：松平 光代先生
申し込みは、お電話または窓口で

生のピアノ演奏に合わせて体を動かしましょう！

8月は
休み



高本先生のワンポイントアドバイス ～はしか(麻疹)について～

はしかの流行は、2026年4月5日時点で全国236人の報告、2025年は200例以上の報告があり、近年増加しています。感染者の多い地域は、東京・神奈川・千葉・愛知・大阪などです。東京20人以上、神奈川10人以上、愛知18人以上です。

なぜ今増えているの？

海外からの持ち込み→インドネシアなど東南アジアから海外感染、コロナ後の人の移動増加→入国制限解除で再び流行増加、ワクチン不十分な世代→1回接種や未接種の人が感染しやすい。特に30～50代(接種が不完全な世代)が目立つ。

はしかの怖さ！

感染力はインフルの10倍以上1人で12～18人にうつす。空気感染(マスクだけでは防げない)。さらに肺炎・脳炎などの重症化、高齢者は重症化リスクが高い。

一番大事な対策！

ワクチン接種、2回接種でほぼ予防可能、ワクチン接種が不明なら抗体検査or追加接種、特に次の場合は要注意！ 接種歴があいまいで1回しか打っていない、海外旅行の予定。

はしかの症状の見分け方！

初期(発症～3日くらい)最初は風邪と区別が付きにくい、38℃前後の発熱、強いだるさ、咳・鼻水、目の充血(結膜炎)、光がまぶしい。**中期**(3～4日目)コプリック斑が初めて！(口の内側に白い小さな斑点)。**発疹期**(4～7日目)耳の後ろ・顔からでる首→胸→全身へ広がる。体の上から下へ広がる発疹は非常に特徴的！ 風邪の症状+目の充血、数日後に白い斑点(口の中のコプリック斑)顔から全身に広がる発疹、この3つがそろえばはしかの可能性が高い。

はしかの治療！

特効薬はありません。症状を楽にする対症療法になります。高熱→解熱剤(アセトアミノフェン)、脱水予防→水分補給、体力消耗が激しい→安静、重症化を防ぐ→ビタミンA、合併症→肺炎(抗菌剤)、脳炎(入院して集中治療)入院が必要な目安！ 65歳以上呼吸苦(肺炎疑い)、意識障害、水分が取れない。

回復までの目安！

発熱は、約7日～10日で回復、全回復は約2週間前後、ただし高齢者は、長引くことがある。

浦舟地域ケアプラザ協力医 高本 誠一



横浜市浦舟地域ケアプラザ

045(261)3315



浦舟地域
ケアプラザ
公式LINEアカウント



浦舟地域
ケアプラザ
ホームページ

地域包括支援センターからのお知らせ

南区地域包括支援センター 社会福祉士合同



司法書士巡回相談



浦舟地域ケアプラザに司法書士が出張いたしますので
お気軽にご相談ください。

10月21日(水) 14:00～16:00

会場：浦舟地域ケアプラザ ボランティアルーム

30分
無料

申込

2時間のうち、お一组30分ごとのご予約となります。
7日前までに浦舟地域ケアプラザ地域包括支援センターまで
お電話ください。(先着順)

予約受付中 電話 261-3318

※定員となり次第、締め切らせていただきます。
※2回目以降のご相談は有料となります。

お申込みお待ち
しています！

遺言を書いておきたいけれど、
どうしたらいいの？

親の金銭管理が心配...
など



ご報告！

来て、見て、知って **浦舟展示WEEK**

7月1日(水)～7日(火)開催しました

近隣の福祉施設の方の素敵な作品を見ていただきました！



クロスハート南・横浜



フレンズ南



どんとこい・みなみ



サザンウィンドウ

