

# ゆうづるイッピー6月号

～市場が毎日HAPPYでありますように～

<運営方針> 地域に暮らす全ての方が、安心して安全に暮らすために地域と協働し、福祉保健活動・地域活動・地域交流の拠点をつくります。



〒230-0024  
横浜市鶴見区市場下町11-5  
指定管理者：社会福祉法人 大樹  
横浜市鶴見市場地域ケアプラザ  
横浜市鶴見市場コミュニティハウス  
発行責任者：河野 新一  
2020年5月20日発行：第156号  
HPアドレス：<http://www.taiju.or.jp>  
TEL 045-504-1077  
FAX 045-500-6677

★今号は休館の影響を鑑み縮小版でお届けします

## 感染拡大防止のためご協力下さい

～ゆうづる開館に際してのお願い～



開館に向けてゆうづるでも感染予防の準備をしています。ご来館される皆様もご協力をお願いします。

- ◆来館される方はマスクを着用の上、消毒のご協力をお願いします。
- ◆1Fラウンジ・2Fラウンジの使用は出来ません。囲碁・将棋・ゲームなどの貸出は行いません。
- ◆ゆうづるームはしばらくの間お休みします。
- ◆ゆうづる文庫の貸出・返却は再開します。

しばらくの間は自主事業もお休みします。（密集・密接をしないため）ご了承ください。

※社会情勢によって制約を見直す可能性もあります。



## 健康コラム

今回のテーマは「新型コロナ」です。

たくさんの不安を抱えながらの生活が続いています。

改めて一緒に考え、対策をしていきませんか？皆様のご感想もお待ちしております。

協力医 雪吹Dr.  
による  
連続コラム

### 新型コロナ、何が怖い？

協力医 雪吹周秀



ケアプラザ協力医とは、医療面の相談・助言、医師との連携、保健活動の推進のためにケアプラザに協力する地域のお医者さんです。

「コロナ、怖いわねえ。」と言う。何が怖いのか？「だって皆が騒いでいるから…」と要領を得ない。肺炎で死ぬ人が居るし、何処でうつるか判らないし、自粛で生活は不自由だし、これが何時迄続くのか判らなくて不安だし、それで怖いのだろう。だが、これはウイルスとの戦争。勝つ為に、怖がってないで敵を知ろう。

コロナウイルスは風邪の原因として長く付き合ってきた相手だが、近年その性質を変えて（変異して）SARSやMERSとして猛威を振るうものが現れた。今度の“新型”は更に化けたものだ。嫌な処は、うつりやすい（感染力が強い）、潜伏期間が長い（症状が出にくい）、経過も長いこと。だから感染拡大し易く「感染爆発」に繋がる。経過が長いと医療を長く独占し、医療機関が他の病気への対応も出来なくなる。挙句の医療崩壊が一番「怖い」。

今は感染拡大を防ぐしかない。“うつらない、うつさない”を心がけよう。



## フラレールの寄付、 ありがとうございました！



地域の皆様にご協力を頂いたおかげで、  
たくさんのプラレールのご寄付をいただきました。本当にありがとうございます！  
頂いたプラレールはゆうづるームにて使用します。

電車好きのみんな、お楽しみに～！  
ご協力ありがとうございました！



●会場の記載がない事業はゆうづるが会場です。

詳しい内容はお気軽にゆうづるまで  
お問合せ下さい♪

休館日：6月21日（日）

# 6月のイベント案内

※5月20日時点の予定です。6月の自主事業は全てお休みです。

**子育て支援キッズイベント** 毎週火曜日 10時～11時

**(1)ゆうづるキッズイベント**

※6月はお休み

**(2)キッズルームゆうづる 市場地区社協主催**

※6月はお休み

**赤ちゃん会(鶴見区役所主催) 10:00～11:30**

★お母さんと0歳のお子さん（原則第1子）の集まりです。

**子育て支援者相談事業**

★子育て支援者さんに、子育てに関する事なら何でも聞いて下さい♪

日 時：毎週金曜日 10:00～12:00

**ママカフェ&ホットカフェ 10:00～11:30**

楽しくお話しながらくつろいで下さいね！

参加費100円（フリードリンク）

【場所】 【日程】

※6月はお休み

**絵本で遊ぼう「おはなし広場」**

★地域ボランティアさんによる楽しい絵本お話会です♪

日 時：※6月はお休み（原則毎月 第4水曜日）

前半：10:00～ 後半：10:30～

**ゆうづるルーム ※しばらくの間お休み**

★未就学児向けの開放ルームです。おもちゃがあります♪

日 時：毎日（休館日を除く）9:00～18:30

日曜日 9:00～17:00

**パンの販売**

●つるみ地域活動ホーム幹（北寺尾）パン販売

※お休み

変更になる可能性があります。

**たのしいかい（市場小コミュニティハウス）**

内 容：軽体操、懐かしい唄、脳トレ、製作など

日 時：毎月第1金曜日、第3水曜日 13:30～15:00

場 所：市場小コミュニティハウス ※変更有り。お問い合わせ下さい

会 費：月200円 対 象：中高年からどうぞ

※6月はお休み

**ゆうづる倶楽部**

日 時：毎週火曜日13:00～15:00

場 所：大和町会館（どこにお住まいの方も可）

参加費：100円

対象者：地域の方など誰でも

内 容：健康体操や手芸、書道や脳トレなどのイベントを予定

※6月はお休み

**男の筋トレ教室**

★男性限定！中高年の皆様、ぜひご参加ください。

日 時：6月はお休み

**介護者の集い かたらい 参加費無料です！**

★日頃の介護の悩みや疑問を気軽にお話しする場です。

日 時：お休み

**パソコン相談室(初級編)**

★わかりやすく丁寧にお教えいたします。

日 時：毎月第3水曜日 13:30～16:00 ※6月はお休み

講 師：鶴見区パソコンボランティア協会

参加費：無料

事前に相談内容を連絡頂くと当日スムーズにご説明できます♪

※ご自分のパソコンの持ち込みも可能です。

**ポッチャ交流会**

日時：※6月はお休み

簡単・天気に左右されない・誰でも出来る！一緒に楽しみましょう。

簡単なスポーツです。

**ゆうづる健康マージャンサロン 13:00～17:00**

★みんなで楽しくマージャンを通して交流しましょう♪

初心者の方でもボランティアさんが教えて下さいます。

日 時：※当分の間はお休みします

参加費：無料 申込み：なし

※卓に限りがあります。その場合は先着順です。



【イベントのお問合せ・お申し込み】

TEL 500-6688

【その他のお問合せはこちらへ】

TEL 504-1077

★☆編集後記☆★

ステイホーム期間、どのように過ごされていますか？鈴木はどうぶつの森をしたりマンガを読んだりして過ごすことが多いです。久々に徹夜でゲームをしてしまいました…。また普段は作らないような料理もしています♪家にいる時間が長く完全に運動不足なので、リングフィット（ゲーム）が欲しいです！

すずき