



みんなの広場

編集・発行：今泉台町内会 鎌倉市今泉台4-6-13
 TEL&FAX: 46-4616 <http://imaizumidai.org>
 Eメール：imaizumidai4613j@yahoo.co.jp



★「ふれあい通信」

日中は汗ばむ季節となりました。皆様、お変わりございませんか。湿気が多くなる梅雨から夏場に向け、体調管理と同じく忘れずに管理したいのが、食品の管理です。食中毒の原因菌やウィルスを食品につけないよう、こまめな手洗いが大切です。肉や魚の汁が他の食品に付着しないよう保存や調理時には注意が必要です。生鮮食品は温度管理が必要なものは速やかに冷蔵または冷凍保存しましょう。ほとんどの細菌やウィルスは加熱により死滅しますので、しっかり中心部まで加熱してからいただくようにし、食中毒を予防しましょう。



地域包括支援センター ふれあいの泉 43-5977（月～土曜日）9時～17時

★「ひだまり通信」

■ひだまりクラブ

ひだまりクラブは毎月、第二、第三と、第四金曜日の午前10時から正午迄、町内会館2階の防災室で開いています。

第二は運営委員会もあり、第三金曜日は布草履作り、第四金曜日は「医療と介護」相談と言ったことも行って居ます。ご相談事や、何かあれば話し合う場です。お気軽にお出かけ下さい。

■第一火曜は“笑いヨガの日”

5月1日第一火曜に開催しました。ゴールデンウィークでしたが、10人近い方が集まれ、講師のリードで、お互いに身振り手振り、花吹雪を浴びながら楽しみました。

6月は5日火曜日午後2時からです。参加料は300円です。

■保健福祉事務所便り

—6月の心の健康・認知症相談のご案内—

物忘れが多い、病院に行こうか・・・、気がかりだ。

ご相談は保健所内、ご希望により家庭訪問で行ないます。

◎ 保健師、ケースワーカーによる認知症についてのご相談は、
 随時受けて頂けます。

◎6月の医師による認知症の相談日は、

	9:00～12:00	13:30～16:30
6月	7日	12日と22日

予約・お問い合わせは、

神奈川県鎌倉保健福祉事務所 保健予防課 精神保健福祉担当 鎌倉市由比ヶ浜2-16-13
 電話：0467-24-3900

★今泉台健康づくり運動

- 第2回 TSKI 健康のんびりウォーク 6月6日(水) PM
今泉台町内をのんびり散歩します。野草の写真を撮ったり、写真の整理をみんなでワイワイやりましょう。またクローバひろばの花植え準備中です。
- 第7回 TSKI 健康ハイキング 6月12日(火) AM9:30~「荒井沢・新緑林間コース」
詳細は掲示板のチラシをご覧ください!!
- 第27回 TSKI 健康ウォーキング 6月18日(月) AM9:00~
詳細は掲示板のチラシをご覧ください!!
- 各種健康測定会 6月21日(木) 13:30~今泉台町内会館大ホールで
鎌倉市市民健康課の支援を受けて、貧血測定、骨密度測定、体組成測定などを行います。詳細は別途掲示板などでお知らせします。
連絡先 今泉台健康づくり運動事務局 田中(080-8182-9280)



★「6丁目クラブ」便り



新緑の気持ちの良い季節です。

毎月第4火曜日にシリーズ「転倒予防のための体操」をやっています。地域包括センターの中村さんに教えていただきます。足趾力をつけるためのシリーズです。

お弁当は、ご家族の介護で大変な時・自分が病気の時・赤ちゃんが病気の時・一人で作るのも買い物が大変な時もどうぞ、1時までにお電話ください。

夕方4時から4時半ごろお届けします。

新しい電話が開通しました。電話番号は **0467-91-7300** です。どうぞよろしく願いいたします。

放課後クラブは、賑やかな子供たちの声で元気を貰っています。

放課後クラブは、のびのび遊びに来てください。

6丁目クラブ 91-7300
廣瀬和子

—以上—