

横浜市鴨志田地域ケアプラザ

令和4年11月 第245号

11月



鴨めーる

社会福祉法人 ふじ寿か会

横浜市鴨志田地域ケアプラザ

青葉区鴨志田町547-3

TEL 045-961-6911

FAX 045-960-6011

薬剤師さんによる「お薬コラム」

ポリファーマシーってなあに？

みなさん、ポリファーマシーという言葉を知っていますか？

ポリファーマシーとは……

「ポリ」（多くの、たくさんの意の言葉）と「ファーマシー」（薬剤、薬局の意の言葉）がくっついた造語で、意味は多剤併用に伴う薬による有害事象、つまり薬による望ましくない作用のリスク増加、飲み忘れ飲み間違い、QOL（生活の質）の低下が生じやすい状態のこと입니다。
ご自身が飲んでいる薬について気になることや、わからないことがあればお近くの薬局、薬剤師にご相談ください！

防犯講座

騙されるな！詐欺に注意！

私たちは騙されません！

特殊詐欺撲滅

鴨志田地域ケアプラザ×青葉警察署



出張講座を
開催します。

講師 青葉警察署 生活安全課

神奈川県警部補 小川 智氏

講座では、地域の皆さんに伝えたい最新情報や詐欺に合わないための注意事項をお伝えします。

当日は青葉警察署からのお話し、ボランティアグループ劇団さつきの「寸劇」、Forever girlsの「オリジナルソング」をお届けします。

開催日

時間

参加費無料

11月29日 火 13:30~15:00

定員 先着30名

持ち物

筆記用具、上履きと下足入れ

還付金詐欺

オレオレ詐欺

「〇〇だけど！（息子・娘・孫の名前などを使う）」

架空請求詐欺

「累積医療費の戻りがあります！」
「ATMで手続きができます！」

「カバンを置き忘れた！」

「ウイルスに感染した！」
「当選金が受け取れる！」

これらは
全部サギです！

留守番電話設定のお願い！

- 「犯人は留守番電話を嫌います。」
- 「常に留守番電話設定を！」
- 「留守番電話が作動する前に取らないで！」
- 「迷惑電話防止機能付き機器の購入検討」

「鴨の花のとも」共催 クリスマスアレンジメント講座

【開催日時】 11月26日(土) 10:00~12:00

【対象・定員】 小学生4年生~大人の方 先着10名

【参加費】 大人用 1つ 1,500円

子ども用 1つ 800円(花材費含む)

【持ち物】 ハサミ、持ち帰り用の袋、上履きと下足入れ、水分補給用飲料水、ハンドタオル、マスク着用(お子様にはオアシスが付き、活かしたまま袋に入れて持ち帰りができます。)

悠々
みのりサロン

やさしい歴史講座シリーズ

「寛永文化よもやま話」

【開催日時】



“綺麗さび”の世界
小堀遠州、松花堂昭乗、
沢庵和尚の話他

11月23日(水祝) 13:30~15:30

【対象・定員】 おとな 先着20名

【参加費】 1人400円(資料・お茶代含む)

【令和4年11月の予定】

●予定に変更が生じる場合がございます。 ●来館者は全て、不織布マスク着用の上、上履き、外履き入れ、任意で飲料水などを持参してください。

協力医による無料健康相談	1日	15日		13:30～14:30内	※要予約
親子のひろば かも☆ん	1日	15日	※要予約	10:00～11:30	
ほっこりんこ（子育て相談会場）	2.9.16.30日	※日程・時間共に区のHPを要確認			
鴨志田ノルディック	3日	19日		※時間は要確認	
鴨のお茶の間	4日		※要予約	13:30～15:00	
はまちゃん体操	4日	18日	※要予約	10:10～11:00	
ミニデイサービスひろがりサロン	7日	14日	28日	※内容や時間は要問合せ	
シルバーリハビリ体操	8日	22日		14:00～15:00	
かもまるリトミック	8日			10:10～10:50	
鴨志田ウォーキングクラブ	9日			※時間、場所要確認	
かるがもクラブ（トーンチャイム）	13日	27日		10:00～11:30	
鴨ちゃん健康クラブ	15日	※事前申込制			
ぬりえサロン SAI	18日			13:00～15:00	
あおば音楽遊びの会	19日			11:00～12:00	
介護者のつどい	24日			13:30～15:00	
鴨の花のとも（生け花）	26日	※事前申込制		10:00～12:00	

かんたん筆文字で『年賀状づくり』講座 全3回

日時 11/7・14・28日（月）13:00～15:00

対象・定員 中学生以上（先着10名）

講師 一般社団法人心書協会 東支部長・トレーナー
小川宏美氏

【参加費】1回毎800円（材料費込み）と下記※筆ペン代
※別途 筆ペン代 レンタルかご自分用として（こちらで）購入
レンタル／1回につき100円 購入／1本550円
【持ち物】墨で汚れても良い服装、ハンドタオル、
新聞紙1枚、上履きと外履き入れ、水分補給用の飲料水



かも〇 まるっ！リトミック

日時 11/8・12/13 概ね毎月 第2火曜日
10:10～10:50

対象・定員 1.2.3歳児と保護者の方 先着 親子8組

講師 【申込み】電話または窓口
ピアニスト 【参加費】1回毎 500円
松本 有理江氏

十一月といえば、文化の日を中心とした文化祭や酉の市へ向かう家族連れ等で賑わう月。一方で、冷え込みが厳しくなりますので、体調管理には十分に気をつけてお過ごし下さい。

納得のいく介護施設選び
～青葉区の介護施設の現状から～

年齢と共に高まる認知症のリスク。どのように備えて準備をすればよいか一緒に考えます。

日時 11/5（土）
10:00～11:30

対象・定員 おとな（先着24名）

講師 あおばFPくらしの会代表
田川知春氏

【申込み】電話または窓口
【参加費】お1人300円（資料代含む）

中国文化の会共催
「中国語入門講座」体験会

中国語を始めたい方、
分かりやすく教えます。

日時 11/24（木）
10:00～11:30

対象・定員 おとな（先着8名）

講師 天野真由美氏

【申込み】電話または窓口
【体験代】お1人200円
（テキストコピー代含む）