



# ホット・ぽっと

Vol.26

## 特集

特集1…文化祭の開催

特集2…障害福祉に関する横浜市の相談支援体制について

特集3…障害者の法定雇用率が改訂されました

特集4…介護老人保健施設 しらさぎ苑

特集5…CT装置が新しくなりました

○季節のおすすめ食材⑧～冬～根菜類

永観堂 禅林寺 (京都)  
撮影 松本 榮一 (磯子区生活支援センター)

## 特集 1

# 文化祭 の 開催

**日時** 平成30年10月13日(土) 10時～16時

**場所** 横浜市総合保健医療センター  
(横浜市港北区鳥山町1735番地)  
JR・地下鉄『新横浜駅』下車徒歩10分

**内容** ●ミニコンサート ●作品展示  
●しらさぎカフェ(認知症カフェ)  
●季節の薬膳～秋～試食会  
●相談・情報コーナー ●販売(布製品、菓子 など)

### 健康づくり講座

- 内容 「LDLコレステロールが気になる人へ」
- 講師 横浜市総合保健医療センター  
診療部担当部長 本郷 洋一郎
- 時間 14時～16時
- 会場 4階 講堂
- 参加料 500円
- 申し込み方法  
9月11日より電話でお申し込み下さい。



\*講座のお申し込み及び文化祭に関するお問い合わせ

平日9時～17時30分 電話:045(475)0178

FAX:045(475)0002

写真はイメージです

# 特集 2

## 障害福祉に関する横浜市の 相談支援体制について

日ごろの関わりから悩みや困りごとを受け止め  
支援の必要性により他の機関と連携します。

### 身近な 相談者

●支援機関● サービス提供事業者、施設、学校、地域作業所、  
グループホーム、地域ケアプラザ、障害者相談員、障害者支援センター、  
区社会福祉協議会、中途障害者地域活動支援センター など

地域の相談支援専門機関です。身近な相談者や二次  
相談支援機関等と一緒に様々な相談に対応します。

### 一次相談 支援機関

●支援機関● 区福祉保健センター、基幹相談支援センター、  
児童相談所、就労支援センター、精神障害者生活支援センター、  
総合リハビリテーションセンター、地域療育センター など

身近な相談者、一次相談支援機関等と連携し  
ながら、専門的な相談や助言を行います。  
区自立支援協議会とも連携しています。

### 二次相談 支援機関

●支援機関● 総合保健医療センター、障害者更生相談所、  
総合リハビリテーションセンター、こころの健康相談センター、  
横浜療育医療センター、発達障害者支援センター、十愛病院、  
てらん広場、青葉メゾン、花みずぎ、光の丘

横浜市総合保健医療財団では  
次の機関でご相談をお受けしています。  
主に精神障害のある方へ  
様々な体制により支援をしています。

- 横浜市総合保健医療センター  
デイケア  
生活訓練  
就労訓練  
訪問看護  
就労支援センター
- 神奈川区生活支援センター
- 磯子区生活支援センター
- 港北区生活支援センター



### 指定特定相談 支援事業所

障害福祉サービスを利用する  
方の生活全般について具体的  
な計画を立てて支援します。

- 支援機関● 指定特定相談支援事業所 205 か所  
(平成 30 年 7 月 2 日時点)

ご相談は…

まず、総合相談室にご連絡ください。

お問い合わせ

総合相談室 TEL : 045-475-0172

# 特集 3

## 障害者の法定雇用率が改定されました

「法定雇用率」という言葉をご存知でしょうか。法定雇用率とは、民間企業や国、地方公共団体などに対して義務付けられている、障害者従業員の最低比率のことです。全従業員数に占める障害者従業員数の割合が、法定雇用率を下回らないよう、民間企業等には計画的に障害者雇用を進めていくことが求められています。今年 4 月、この法定雇用率について以下の見直しが行なわれました。

1 対象となる障害者に精神障害者(精神保健福祉手帳を所持している人)が加えられました\*。

\*いままで、精神障害者については法定雇用の正式な対象ではないものの、各企業の雇用障害者数に算入することができるものとされ暫定的な位置づけでした。

2 法定雇用率が以下の通り改定されました。

事業主区分	法定雇用率	
	従前	平成30年4月1日以降
民間企業	2.0%	2.2%
国・地方公共団体	2.3%	2.5%
都道府県等の教育委員会	2.2%	2.4%



就労支援センターでは、精神障害の方の相談の他、企業の方からの障害者雇用に関するお問い合わせを広くお受けしています。

お問い合わせ 精神障害者就労支援センター TEL : 045-475-0142

# 介護老人保健施設しらさぎ苑

介護老人保健施設は、生活機能の維持・向上を目指し、リハビリテーション・医療・看護・介護・栄養などの総合的な支援を行う施設です。

## ご利用方法

### ★施設サービス

「総合相談室」にお申込み下さい。

### ★ショートステイ（短期入所）

ケアマネジャーにご相談下さい。

ホームページに空き状況をアップしています。  
是非ご覧ください！

横浜市総合保健医療センター



## しらさぎ苑でのサービス

- ・リハビリテーション専門職により、自立した生活を目指しリハビリテーションを行います。
- ・相談等の様々な機能があり、**認知症**の方でも自分らしく生活できるよう支援します。
- ・季節ごとの行事や郷土食のメニューなども充実しています。

お問い合わせ 総合相談室 TEL：045-475-0103

駅から近く平坦で、  
ご面会にも便利です。



通所リハビリテーション

## しらさぎ苑に通ってみませんか？

ご利用の前にお試しただけです！

どんな  
リハビリテーションを  
するの？

美味しいお昼ご飯は  
出るの？

雰囲気は  
どう…？



見学・体験利用の送迎も実施しています。ご相談ください。  
(お食事をされる方は実費として¥550いただきます)

お問い合わせ TEL：045-475-0132 (担当 三輪 齋藤)

※お気軽にご相談ください。(10時から17時まで)

# CT 装置が新しくなりました

当センターでは8月より、16列CTから64列CTに更新しました。従来機よりも高画質で低被曝の検査が可能です。また検査時間も短縮され、小さいお子様や高齢者の方にも優しい装置となっています。特に肺疾患の検査では、通常のX線撮影では見つけにくい数ミリ程度の異常も発見することが可能です。

当センターで実施している「肺がんCT検診(料金 7500円)」は予約なしで受けられますので、ご希望の際にはお気軽にお申込みください。



**お問い合わせ 総合相談室 TEL : 045-475-0103**

## 季節のおすすめ食材⑧ ～冬～

### いかと温野菜のあんかけ

**材料、分量  
(作りやすい量)**

いか……………パイ  
長芋……………180g  
人参……………180g  
生椎茸……………6枚  
いんげん………12本  
※なつめ…5～6個  
塩……………小さじ1  
片栗粉……………小さじ1  
水……………1/2カップ

**作り方**

- ①いかは格子状の切れ目を入れ一口大に切り茹でる
- ②長芋、人参は拍子切りにする
- ③椎茸は半分に、いんげんは3cmに切る
- ④鍋に②、③、塩を入れ柔らかくなるまで煮、①のいかを加えて火を止める
- ⑤④を取り出して皿に盛る
- ⑥鍋の煮汁を水溶き片栗粉でとろみをつけ⑥の上にかける

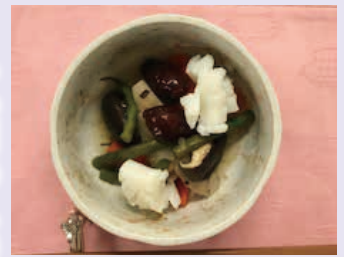
★なつめの代わりにブルーベリーでも、また「いか」以外でもえび、ほたて貝柱でも美味しくできます。生姜を加えるとあたため効果アップできます。

## 根菜類

収穫の秋を過ぎると、まもなく冬を迎えます。冬は東洋医学では「収穫」の時期。人は動物のように冬眠できないので、毎日の食事でしっかり栄養をとり、「寒さ、冷え」から身を守り、春を元気に始められる準備をする時です。

冬に美味しい野菜は大根、人参、縮みホウレン草、かぼちゃ、ごぼう、白菜などで、特に根菜類は体を温める働きを持つものが多いのでおすすめです。

野菜は種類を限定せず「色」とりどりに食べましょう。



## 施設案内

**横浜市総合保健医療センター** TEL/045 (475) 0001  
FAX/045 (475) 0002

- ◆精神障害者支援部門  
(精神科デイケア・生活訓練・就労訓練・就労支援センター)
- ◆介護老人保健施設(しらさぎ苑) 80床  
(認知症専門棟30床・一般棟50床・通所リハビリテーション)
- ◆診療所 内科・精神科(認知症診断を実施)  
特定健康診査・横浜市健康診査  
19床(医療病床7床・介護療養病床12床)
- ◆訪問看護ステーション「みんなのつばさ」
- ◆シニアフィットネス

◆港北区生活支援センター TEL/045 (475) 0120  
FAX/045 (475) 0121

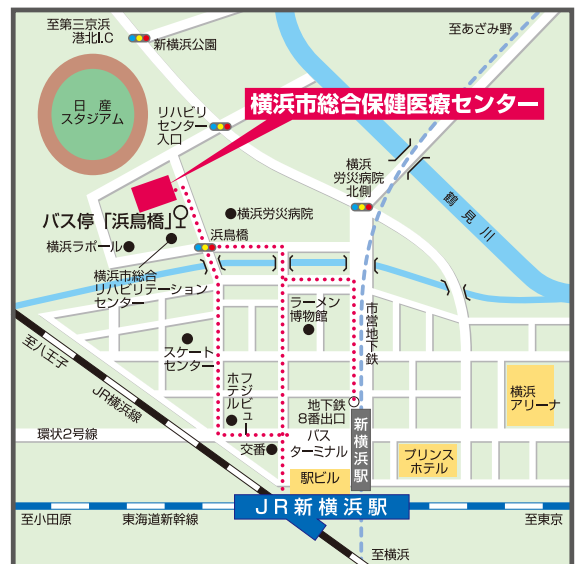
### 神奈川区生活支援センター

TEL/045 (322) 2907  
FAX/045 (322) 2908

### 磯子区生活支援センター

TEL/045 (750) 5300  
FAX/045 (750) 5301

## 交通案内



- ・JR横浜線または市営地下鉄「新横浜駅」から徒歩約10分
- ・新横浜駅から市営バス300系統「浜島橋」下車徒歩1分
- ・第三京浜港北インターチェンジから車で約5分