

# 下和泉地域ケアプラザだより

《第162号》

地域ケアプラザは、介護や生活の困りごとの総合相談窓口です。  
ご相談の際は、事前にご連絡いただくと助かります。  
相談電話番号 045-802-9920 18時までの対応となります。  
第4月曜日は、休館日です。



イメージキャラクター しもずく

令和4年度 介護予防普及啓発強化事業

## 下和泉地域ケアプラザ介護予防連続講座

### 10/2 (日) 脳トレ&体操

講師：ハマスポインストラクター 金子明美先生

タブレットで脳年齢をチェック！  
頭の体操の後は、ハマトレで体の体操を！



### 10/11 (火) 骨折予防の栄養

講師：戸塚共立メディカルサテライトクリニック

管理栄養士：桑江まゆみ先生

意外と知らないたんぱく質とカルシウムの話！  
毎日の食事にヒントをくれます！

### 10/30 (日) 日常の口腔ケア

講師：泉区歯科医師会理事

小野歯科医院院長 小野清一郎先生

お口の健康は全身の健康につながる！  
スペシャリストからの講義を聴こう！

場所：下和泉地域ケアプラザ 多目的ホール

時間：13:30～15:00 (2日は15:30まで)

(受付13:15開始になります)

対象：おおむね60歳以上 参加費：無料

持ち物：飲み物、マスク (10/2は動きやすい服装、靴、タオル持参)



定員：2日15名・他20名 先着順になります

申し込み：9月19日(月)10時～

講座1回の参加でも可能です

連絡先：045-802-9920 (担当：長谷部)





# みんなでお芋ほり

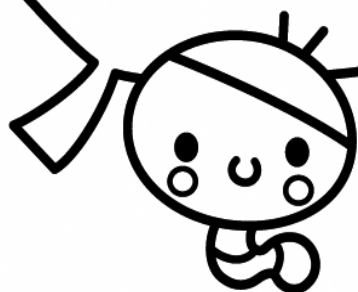
10月22日(土)

①10:00~

②10:30~

③11:00~

各回、先着15組限定



~雨天順延~

10月23日(日)この日以降  
の振替はありません

## 場 所：鍋屋交差点の畑

場所がわからない場合、和泉第一町内会館

(和泉町741-4)に来ていただければご案内します

参 加：無料 予約制

持ち物：お芋掘りに必要な道具・芋を入れる袋・手洗い  
用の水は各自ご持参下さい

(汚れたものは各自でお持ち帰りください)

対 象：下和泉・富士見が丘地域在住の

未就学児を子育て中の方が優先になります

申込み：10月3日(月)~

AM10時~WEBまたは、

地域ケアプラザ

電話802-9920へ



\*お申込時間は、ご希望に添えない場合もあります

\*駐車場はありません。車での来場はご遠慮ください

\***感染症流行状況により、中止になる場合があります**

\***当日キャンセルの方は、必ずケアプラザにご連絡  
下さい**

## 告 知

下和泉地区社協では、10月29日  
(土)にハロウィンイベントを計画  
しています。

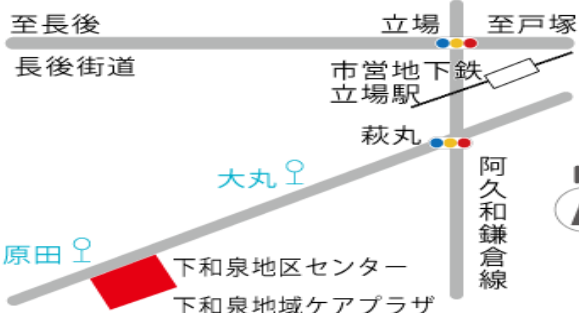
詳細が決まり次第、ケアプラザで  
掲示させていただきます



夏休みの自習室が終了しました。

ボランティアで参加してくれた、  
大学生・高校生の皆さん、ありがとう  
ございました。

引き続き、土曜日の子どものフ  
リースペース「しもずく広場」は、  
14時~16時30分に開設しています。



下和泉地域ケアプラザだより〈第162号〉

発行日：令和4年8月26日

発 行：社会福祉法人横浜市社会福祉協議会  
横浜市下和泉地域ケアプラザ

責任者：所長 高橋 好朗

連絡先：泉区和泉が丘1-26-1

TEL：802-9920

FAX：802-9927

