

# 下和泉地域ケアプラザだより

《第176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。  
窓口でのご相談は、9時～18時の間で対応します。  
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



**参加無料!**



**11/29 水 10:00~12:00**

## 片付け術 & 腰痛予防講座

～元気なうちに整理をしよう～

暮らしを豊かにするための片付け術と、大事な腰を守るための腰痛予防体操を一緒に学びませんか？

**講師**

上手な片付け術

あんしんネット 整理コーディネーター

**石見 良教 氏**

腰痛予防体操

介護老人保健施設 やよい台 仁

**宮原 文子 氏**

**会場**

下和泉地域ケアプラザ  
2F多目的ホール

**対象**

どなたでも (定員20名)

10/30 (月)  
より申込開始

事前お申込/  
お問い合わせ



802-9920

担当：伊佐・長谷部

## ～～介護保険お役立ち情報①ケアプラザに行こう～～

介護保険のサービスを利用したい！そんな時は…！

区役所？ケアプラザ？どこに行けばいいかわかりますか？

どちらにいても申請書はありますし、申請の受付ができます。

介護保険の申請が必要になったら、下和泉地域ケアプラザにぜひお越しください！

足が悪くケアプラザまで行けない等のお困りの状況であれば、私たちがご自宅に伺うことも

できます。また、ご本人ではなくご家族でも申請ができるので、ご家族だけで申請にいらっ

しゃる方もいます。状況は皆さまそれぞれで違いますので、まずは電話でご相談ください！



社会福祉士  
麓  
(フモト)



# クリスマス親子クッキング講座 ガトーショコラとクッキーを作ろう！

共催 下和泉地域ケアプラザ 下和泉地区センター

開催日時：令和5年12月17日(日) 10時～12時30分

場所：下和泉地区センター 料理室

参加費：1組¥1,200(当日集めます。)

(1組につき15センチのガトーショコラとオリジナルクッキーが出来上がる予定です。講師が作ったガトーショコラの試食があります。)

持ち物：①参加費 ②エプロンと三角巾 ③水分  
④上履き ⑤お手拭きタオル ⑥持ち帰り用の袋

対象：小学生または中学生と保護者1名(きょうだいの参加も可)

予約方法：ケアプラザに電話でお申し込みください。

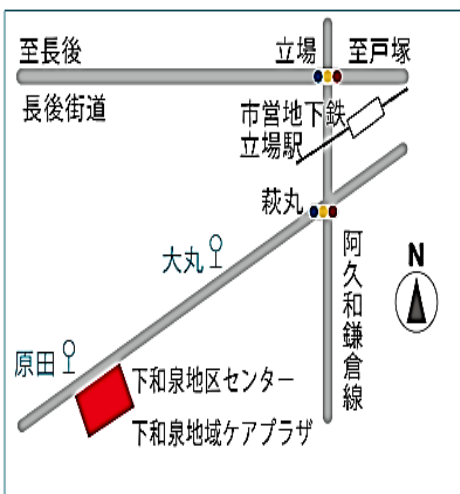
下和泉地域ケアプラザ 電話 802-9920

12月5日(火)10時～受付開始(定員：先着6組)

講師の先生が作り方を教えてくれるので、  
作ったことがなくても大丈夫です！  
パパさんも大歓迎です！  
素敵なクリスマスの思い出を作りましょう！



問い合わせ先 下和泉地域ケアプラザ 802-9920(担当 徳本)



下和泉地域ケアプラザだより〈第176号〉

発行日：令和5年10月27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 梶山 辰吉

連絡先：泉区和泉が丘1-26-1

TEL：802-9920

FAX：802-9927



X(旧Twitter)



HP



メール

■本誌に記載されている講座等に申込された方の氏名や電話番号などの個人情報は、  
該当の講座にのみ使用され、目的外に使用されることはありません。