

下和泉地域ケアプラザだより

《第180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。(日・祝は17時まで)

第4月曜日は、休館日です。



イメージキャラクター しもづく

【ご案内】気軽に立ち寄れる体操の会 発足！

令和6年4月より下和泉地域ケアプラザの多目的ホールにて「気軽に立ち寄れる体操の会」を定期開催します。体操はみんなで行うと効果倍増です。

お気軽にお越しください！

予定日程：4/15(月)、5/20(月)、6/17(月)

予定時間：13：30～14：30

以降の日程は随時ケアプラザの館内に提示し、ご案内します。

対象：概ね65歳以上の方(必要に応じて相談ください)

参加にあたり事前の申込等は基本必要ありません。6/17(月)はふまねっと講座を開催しますので事前申込制になります。詳細が決まり次第申込のご案内をさせていただきます。



問い合わせ：下和泉地域ケアプラザ 看護師 長谷部

新規会員募集

下和泉健康麻雀クラブ

当クラブは横浜市元気づくりステーションの一環で地域の健康的コミュニケーションの場として健康麻雀クラブを立ち上げ、今年で9年目を迎えます。

下和泉地域ケアプラザを活動拠点とし今日に至っております。

健康増進・認知症予防に効果のある麻雀を始めてみませんか？

今回10名程度の新規会員を募集致します(申し込み多数の場合は抽選)。

当クラブの活動内容及び申し込み方法は以下を参照願います。



開催日：毎月第1、第2、第3水曜日に開催。(原則左記の定例会に出席できる方)

12時～12時30分に入室し麻雀卓等の準備。

12時30分健康体操～麻雀開始。

麻雀終了後、後片付けのうえ16時30分退室。

参加費：3,000円/年(初回に徴収致します)

申込方法：下和泉地域ケアプラザへの電話にて申込を受け付けます。(定員10名程度)

①氏名 ②住所 ③連絡先電話 ④年齢 ⑤麻雀経験の有無 ⑥町内会
以上6点をお伺いいたします。

申込・問い合わせ：下和泉地域ケアプラザ 電話：045-802-9920

(担当：看護師 長谷部)

申込締切日：令和6年3月24日(日)

抽選となった場合、当選された方へは3月31日(日)までにその旨を電話にてお伝えします。

初回日(開校式)：令和6年4月10日(水) 12時00分開場 12時30分開始予定

・ご入会の方には今後のスケジュール表、名札等を開校式4月10日(水)にお渡しします。

【介護保険お役立ち情報】 介護保険申請、何を持っていけばいいの？

介護保険の申請するとき何を持っていけばいいの？そんなご質問をよく聞きます。

今回はそんな疑問にお答えしていきます。

まずは介護保険申請が必要な方の情報（名前・生年月日・住所・電話番号）が必要です。介護保険被保険者証があれば必要な内容が記載されているので便利です。ただ、大事なポイントとしては介護保険被保険者証は無くても申請はできます。介護保険被保険者証が無いから申請ができないとは思わないでください。大丈夫です！！

上記以外で必ずお持ちいただきたい情報はかかりつけの主治医の情報です。（医療機関名・電話番号・所在地・医師名）申請後に主治医意見書という書類を主治医に書いて頂く必要があるため、必要になります。これだけあれば申請できますのでぜひケアプラザにお越しください。



社会福祉士 麓(フモト)

じんじん会 会員募集



じんじん会は、発足して3年目を迎えます。

毎月第4土曜日の10時から正午まで、下和泉地域ケアプラザまたは地区センターで、外部講師を招いての話や会員同士の話などを行っています。

今までは、泉区長・女優・病院長・住職・老人ホーム理事長・連合会長など多彩な講師を迎えて様々なお話しを聞き、また、会員同士でそば打ち・かくし芸の集い・忘年会など高齢者になっても、健康で毎日が暮らせるよう楽しく開催しているのが「じんじん会」です。

現在会員が25名いますが、若干名の増員を募集します。会費は、現行1,000円です。希望者は、ケアプラザの電話（045-802-9920）または窓口にて、3月15日(金)から受付し、4月15日(月)をもって締め切ります。

問い合わせ先：下和泉地域ケアプラザ 生活支援コーディネーター 木村

センター・プラザまつり2024 開催決定！

日程 2024年5月19日(日)

会場 下和泉地域ケアプラザ
下和泉地区センター

詳細に関しては、決まり次第随時お知らせいたします。



身近な場所で働いてみませんか？

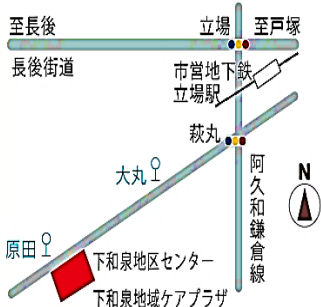
下和泉地域ケアプラザ

① デイサービス介護職員 ② 送迎ドライバー
募集中

未経験
無資格
歓迎

【時給】①1,130円～
②1,150円～

勤務時間等の詳細の問い合わせ及び申込はケアプラザへご連絡ください。
(☎ 045-802-9920)



下和泉地域ケアプラザだより〈第180号〉

発行日：令和6年2月23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：045-802-9920

FAX：045-802-9927

■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。

