

# 下和泉地域ケアプラザだより 《192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。3月は**3月24日(月)**が**休館**となります。 イメージキャラクター しもずく



## ～地域包括支援センターへのお困りごと相談事例紹介：福祉用具について～

福祉用具というのは心身の機能が低下し日常生活を営むのに支障のある方の負担を軽減し助けるための用具です。

室内歩行の安定のための手すりや、外出時の歩行器など、いろいろな福祉用具がある中で、よく質問のある電動ベットと車椅子についてご紹介します。介護保険で利用する場合は、電動ベットと車椅子は「要介護2以上」の認定が必要になります。

ただ、介護保険認定申請中の方や要支援1～2、要介護1の方でも電動ベットや車椅子が必要な方もいらっしゃるので、その場合は介護保険適用外の自費で利用できる福祉用具業者をご紹介させていただいています。

困ったときはケアプラザにご相談ください。



【下和泉地域ケアプラザでも車椅子レンタルしています】

2週間の期間を限度に車椅子を無料レンタルしています。

自走ができるタイプや、介助者が押して進む介助用の車椅子があります。ご予約はお電話だけでも大丈夫です。

また、数に限りがありますので、ご注意ください。

介助用



自走用



## スポーツ吹矢体験教室 (ベイアローズ横浜 下和泉支部)



### ◆人生100年健康寿命を延ばして楽しもう

### ◆スポーツウェルネス吹矢式呼吸法と健康効果

- ◎ 血管のつまりや動脈硬化を予防する
- ◎ 心を落ち着かせる、ストレスを解消
- ◎ 冷え性の改善
- ◎ 肩こりの改善
- ◎ 高血圧の予防
- ◎ 脳の老化防止等

開催日時：令和7年4月19日(土)・26日(土) 13:00～14:00

申込方法：下和泉地域ケアプラザへの電話にて申し込みを受け付けます。

①氏名 ②住所 ③電話番号 以上3点をお伺いします。

参加費：無料

場所：下和泉地域ケアプラザ 多目的ホール

申込・問合せ：下和泉地域ケアプラザ 電話：802-9920 (担当：徳本)

申込締切日：令和7年4月4日(金)

定員：各日5名(事前予約・先着順・年齢問いません)

持ち物：タオル・飲み物・動きやすい服装で

## 【介護予防事業】 令和7年度 気軽に立ち寄れる体操教室のご案内



気軽に立ち寄れる体操教室は予約なしで参加できる、主に座ってできる体操です。  
体操後、偶数月に「ミニ講座とフリートーク」の時間も持ちますが、参加は自由です。  
場所は下和泉地域ケアプラザの多目的ホールです。4月～6月の予定は下記の通りです。

- 4/21 (月) 13:00～14:00 体操 藤本真紀先生  
ミニ講座とフリートーク「認知症の方との関わり方について」
- 5/19 (月) 13:00～14:00 体操 藤本真紀先生
- 6/16 (月) 13:00～14:00 体操 (株)ecLAT 轟大斗先生  
ミニ講座とフリートーク「在宅介護の工夫」

## 【下和泉デイサービスからのご案内】

～麻雀ボランティア募集しています！～

毎週火曜日、下和泉デイサービスにて麻雀のボランティアに来ていただける方を大募集中です！

**募集人数：1～2人**

ゲームに参加するだけでなく、状況整理や点数計算などもしていただけると嬉しいです。ご利用者と楽しく麻雀をしていただけたらと思います。  
ご興味のある方は下和泉地域ケアプラザまでお問い合わせください。



下和泉デイサービスでは給茶、入浴後のドライヤー、囲碁や将棋、麻雀のボランティアさんに来ていただいています。職員もご利用者も大変助かっています。

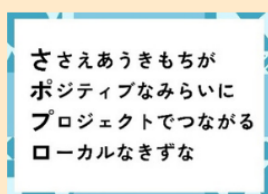


担当：森岡 遠山 徳本

## 【泉サポートプロジェクト（以下、サポプロ）のホームページが開設されました！】

登録団体の紹介、サポプロへの依頼、活動実績などを紹介しています。ぜひアクセスして、活動をご覧ください。

下記の二次元コードからご確認くださいませ。(担当 木村)



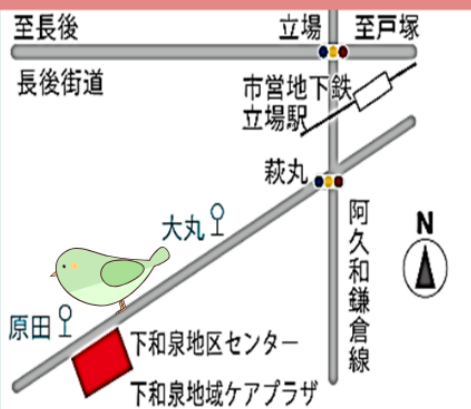
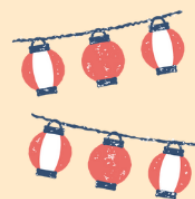
## 【ケアプラザ協力医 柏木先生 来館日のご案内】

3月は3月7日(金)、28日(金)の13時～14時です。体調で気になることがございましたら、気軽に相談にお越しください。



## 【センター・プラザまつり2025 開催日程のご案内】

日程：5月18日(日)  
場所：下和泉地域ケアプラザ  
下和泉地区センター



下和泉地域ケアプラザだより〈第192号〉

発行日：令和6年2月21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

□本誌記載の講座等に申込された方の個人情報は当該講座のみに使用され、目的外に使用されることはありません。

