

# 下和泉地域ケアプラザだより

《第113号》

2面：「庭の手入れの会」で仲間をつくりませんか？  
 今月の生活支援コーディネーター

3面：子育てサロンの紹介  
 子育てひろば～子育てサロン7月の予定～

4面：ウォーキングポイントリーダー設置してます  
 7月の予定

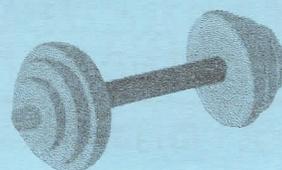


しもすく

介護保険認定  
申請できます

特別養護老人ホーム  
入所申込書あります

## これから始める



# 健康・体力づくり

地域で活動しているグループに参加して健康維持して、  
心も体もイキイキと生活しましょう！

### 下和泉健康づくり教室

日にち：月によって異なります  
お問合せください

時間：10:00～11:30

場所：下和泉地域ケアプラザ  
多目的ホール

持ち物：動きやすい服装、飲み物



### 富士見が丘地区 健康づくり活動

日にち：毎月第1、3火曜日

時間：9:30～11:00

(9:00～血圧測定)

場所：みなみコミュニティハウス

持ち物：動きやすい服装、上履き  
飲み物、タオル、帽子



## 「庭の手入れの会」で仲間をつくりませんか？

「庭の手入れの会」は下和泉地区の一人暮らしのご高齢の方や、庭の手入れが困難な方を対象にお庭の手入れをお手伝いしているグループです。1回の活動は午前中の2時間程度で、初心者の方でも手入れの方法を覚えながら、無理なく楽しく活動できます！

定例会ではおいしいコーヒーを飲みながら、日程調整や活動の確認をしています♪年に数回懇親会も行っており、ワイワイ楽しい会です！庭の手入れなどがお好きな方、地域活動に参加してみたいと思っっている方、ぜひ庭の手入れの会に参加してみませんか？

定例会：毎月第4木曜日 14：00～15：00  
作業実施日はボランティアの人数と天候で決めています。  
毎回でなくても、参加できるときに参加していただいています！  
詳しくは下和泉地域ケアプラザまでお問い合わせください♪



## 誰もが安心して自分らしく暮らし続けられる地域を みなさんとともに 今月の生活支援コーディネーター

この地域の人びとと歩んでいく

### 認知症カフェぽかぽかサロン

毎月1回、この5月までに8回開催しました。

「編み物が得意だったのね！」「折り紙を最後まで取り組んだ！」と認知症当事者の方の新たな一面の発見もありました。地域の方と過ごす時間は内側に秘めた豊かな表情を引き出してくれます。また、同世代の歌や話して盛り上がる場面も。認知症の方が地域の方と生き生きと活動している姿には希望を感じますし認知症への見方を変えとも思えます。

7年後の2025年、日本では65歳以上の5人に一人が認知症だと推計されています。誰もが関わる可能性がある身近な病気。だとしたら「認知症になっても」安心して生活できる地域が大切なんだ、自分のためにも、と思うのでした。



こんにちは 木下です。

## 第1水曜日 ぽかぽかサロン

グループホームなでしこのお庭での青空サロンです  
(寒い季節は下和泉地域ケアプラザにて)  
イベントに参加したい方、お買い物のできる方、  
認知症や介護について知りたい方  
なんとなく興味を持った方。

どなたでもご参加いただけます

月ごとのイベント お花見 みかん狩り ゲーム 等

移動スーパーぽかぽかマート13時35分-14時ごろ

福祉用具・介護・健康あれこれ相談

下和泉地域ケアプラザとグループホームなでしこの職員がいます

毎月第1水曜日 13時30分-15時

日にち	場所	日にち	場所	日にち	場所
4月4日	グループホーム なでしこ	8月1日	グループホーム なでしこ	12月5日	グループホーム なでしこ
5月2日	グループホーム なでしこ	9月5日	グループホーム なでしこ	1月9日	下和泉地域 ケアプラザ
6月6日 14時-16時	グループホーム なでしこ	10月3日	グループホーム なでしこ	2月6日	下和泉地域 ケアプラザ
7月4日	グループホーム なでしこ	11月7日	グループホーム なでしこ	3月6日	下和泉地域 ケアプラザ

共催

認知症対応型グループホームなでしこ  
和泉が丘1-27-24 ☎802-8211

下和泉地域ケアプラザ  
和泉が丘1-26-1 ☎802-9920

## 下和泉子育てサロン

毎月第1、3水曜日

10:00~11:30

場所：下和泉地域ケアプラザ

参加費：親子で100円

対象：乳幼児とその保護者

## 富士見が丘地区子育てサロン

毎月第2金曜日

場所：下和泉住宅自治会館

毎月第4金曜日

場所：和泉第一町内会館

10:00~11:30

参加費：親子で100円

対象：乳幼児とその保護者

# 子育てひろば

## 子育てサロン7月の予定

月	火	水	木	金	土
2 サロンおあしす (10:00~16:00)	3 子育て相談 (10:00~12:00)	4 下和泉子育てサロン (10:00~11:30)	5 おもちゃ図書館 (13:00~15:30)	6 * 子育てサロン ぽっかぽか (9:30~12:30)	7
9 サロンおあしす (10:00~16:00)	10 子育て相談 (10:00~12:00) たんぼぼ (10:00~12:30)	11	12 サロンおあしす (10:00~16:00)	13	14 プレイパーク (俣野公園)
16 サロンおあしす (10:00~16:00)	17 子育て相談 (10:00~12:00)	18 下和泉地区社協 子育てサロン (10:00~11:30)	19 サロンおあしす (10:00~16:00) おもちゃ図書館 (13:00~15:30)	20 * 子育てサロン ぽっかぽか (9:30~12:30)	21
23 サロンおあしす (10:00~16:00)	24 子育て相談 (10:00~12:00)	25 富士塚子育てサロン (10:00~11:30)	26 サロンおあしす (10:00~16:00)	27	28 おもちゃ図書館 (13:00~15:00)
30 サロンおあしす (10:00~16:00)	21 子育て相談 (10:00~12:00)				

…泉区地域子育て支援拠点すきっぷ (☎805-6111)

…おやこの広場ぽっぽの家 (☎800-5760)

…陣屋自治会館 (問合せ：高見☎803-8667)

…下和泉住宅自治会館 (問合せ：尾崎☎805-3571)

…下和泉住宅自治会館 (問合せ：苗場☎801-8801)

…下和泉地域ケアプラザ (☎802-9920)

…和泉第一町内会館(問合せ：成田☎070-6452-1534)

…富士塚自治会館 (問合せ：益子☎801-0585)

…横内宅 (☎803-1142)

…いずみ会館 (☎801-8425)



# ウォーキングポイントリーダー

## 設置しています！



ウォーキングポイントの旗が目印です♪

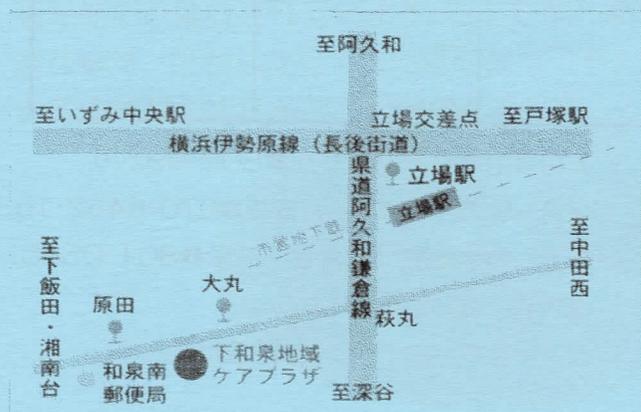
18歳以上の横浜市民等が対象の「よこはまウォーキングポイント」みなさん活用されていますか？ケアプラザにも万歩計を持って

訪れるかたが増えています！ケアプラザにはウォーキングポイントリーダーだけでなく、申込用紙も置いてありますので、まだお持ちでない方は数に限りがあるようなので、お早めにお申し込みください！

また、平成30年4月からはスマートフォン専用歩数計アプリが配信スタートしています！アプリならではのゲーム要素も満載です♪スマートフォンをお持ちの方は、「よこはまウォーキングポイント」と検索してアプリをダウンロードしてみてください♪

## 7月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 子育て相談 グリングリーン うた声サポーターズ 体操の会 ドライフルーツ等販売	4 子育てサロン 下和泉健康麻雀クラブ パン販売	5 健康づくり教室 パン販売	6 健康相談	7 健康太極拳 吹矢サークル
8	9	10 子育て相談 お茶のみサロン ドライフルーツ等販売	11	12 ガーデン パン販売	13	14
15	16 海の日	17 子育て相談 グリングリーン ドライフルーツ等販売	18 子育てサロン 下和泉健康麻雀クラブ パン販売	19 赤ちゃん教室 パン販売	20	21 健康太極拳 吹矢サークル
22	23 休館日	24 子育て相談 グリングリーン ドライフルーツ等販売	25	26 ガーデン コーヒーサロン パン販売	27 うた声サポーター 健康相談	28 吹矢サークル
29 こどもの クラフトアート教室	30	31 子育て相談 ドライフルーツ等販売				



下和泉地域ケアプラザだより (第113号)

発行日：平成30年5月25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 星野 亮

連絡先：泉区和泉が丘1-26-1

TEL：802-9920

FAX：802-9927