

下和泉地域ケアプラザだより

《第150号》

地域ケアプラザは、介護の悩み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。
相談時間は、9時～17時です。第4月曜日は、休館日になります。



イメージキャラクター しもずく

老いの不安解消講座2021

～認知症と向き合う～

参加
無料

人生100年時代、今もこれからも自分らしく暮らすために、
認知症についての理解を深めて一緒に将来の不安を解消しませんか？

日時	テーマ
令和3年10月16日（土） 10：30～12：00	自分や身近な人が認知症になったら ～自分らしく生活をするために～ 講師：下和泉地区認知症キャラバンメイト/しもずく劇団
令和3年10月30日（土） 10：30～12：00	認知症の予防①「よく食べよう」 ～若々しい脳をつくる食事のポイント～ 講師：管理栄養士 前川 智香子 先生 (地域の栄養士 すぷーんの会)
令和3年11月13日（土） 10：30～12：00	認知症の予防②「よく歩こう」 ～美しい姿勢で心もからだも健康に～ 講師：阿部 ゆき子 先生 (一般社団法人 POSTURE WALKING 協会)

※ 感染症流行状況により、一部変更や中止となる場合があります。

会場

下和泉地域ケアプラザ 2階 多目的ホール（定員：20名）

申込方法

9月22日(水)10:00～電話にて受付開始

お問合せ

☎ 045-802-9920

下和泉地域ケアプラザ 中村

地域活動に WEB 会議等の ICT を取り入れてみませんか？

LINE・Zoom・SNS 活用講座

参加費無料・要事前申込

コロナ禍においても継続的な地域活動ができるよう、主に泉区内で地域活動がされている方向けに、地域ケアプラザで LINE、Zoom、SNS の活用講座を開催します。講座では、実際に受講者さまが利用されている端末で、ご自身で操作しながら学べるので理解が深まります！

プロモビジョン
講師 **PromoVision**
代表 山本 早苗

ICT ツールを活用した業務効率化、販促支援を行う。撮影、動画制作、オンラインセミナー配信など、コロナ禍でも非対面で事業推進するためのアドバイスをを行う。



1 LINE 活用講座 *持参する端末に LINE アプリを入れてからご参加ください。

LINE はグループメンバーとメッセージ、情報共有、ミーティング、スケジュール調整など地域活動を行うのに役立ちます。講座では、基本的な操作から、自治体や企業の LINE 活用事例も併せて学べます。

2 Zoom 活用講座 *持参する端末に Zoom アプリを入れてからご参加ください。また、アカウント作成のために端末で送受信できるメールアドレスをご用意ください。

コロナ禍でもグループメンバーとの打ち合わせやセミナー開催など、Zoom を活用すれば、継続的な地域活動ができます。講座では、アカウント登録からミーティング主催、参加、資料共有など基本的な操作を学べます。

3 SNS 活用講座 *持参する端末に各 SNS アプリ (Facebook, Twitter, Instagram) を入れてからご参加ください。また、アカウント作成のために端末で送受信できるメールアドレスをご用意ください。

Facebook、Twitter、Instagram など代表的な SNS を活用して、自ら情報発信を行うことができます。講座では、アカウント登録、投稿など基本的な操作と、SNS の特性に応じた活用ポイントについて学べます。

持ち物 インターネットか Wi-Fi に接続可能な端末（スマートフォンまたはタブレット）※会場では無料の Wi-Fi 通信が利用可能です。

募集人数 各回 20 名 ※申込多数の場合は抽選

対象 A 泉区内で地域活動をしている方（自治会町内会活動やサロン等の担い手）
B その他、受講を希望する泉区民
※申込多数の場合は A の申込者を優先します。

新型コロナウイルス感染症への対策について

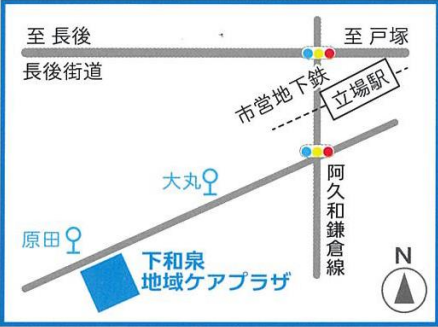

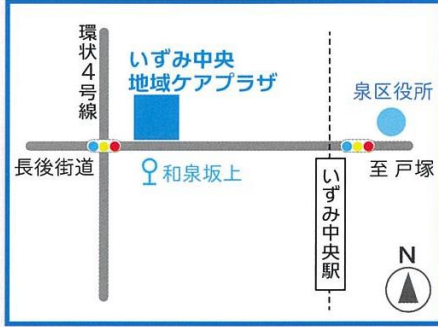
- ・来場前に体温測定をしていただき、咳や発熱などの症状がある場合は参加をご遠慮ください。
- ・マスク着用、手指消毒、検温などの感染症対策へのご協力をお願いします。

各講座スケジュール

講座内容	No	開催日時	開催場所
LINE 活用講座	①	9月28日(火) 13:00~14:30	下和泉地域ケアプラザ
	②	10月6日(水) 13:00~14:30	岡津地域ケアプラザ
	③	10月14日(木) 13:00~14:30	いずみ中央地域ケアプラザ
Zoom 活用講座	④	10月20日(水) 13:00~14:30	下和泉地域ケアプラザ
	⑤	11月11日(木) 13:00~14:30	いずみ中央地域ケアプラザ
	⑥	11月16日(火) 13:00~14:30	岡津地域ケアプラザ
SNS 活用講座	⑦	10月20日(水) 15:30~17:00	下和泉地域ケアプラザ
	⑧	11月11日(木) 15:30~17:00	いずみ中央地域ケアプラザ
	⑨	11月16日(火) 15:30~17:00	岡津地域ケアプラザ

※各講座の内容は同じものとなります。各講座20名までの参加となります。

※12月~2月にも、同様の講座を上飯田、踊場、新橋、いずみ野地域ケアプラザで開催予定です。

下和泉地域ケアプラザ	岡津地域ケアプラザ	いずみ中央地域ケアプラザ
		
【住所】 横浜市泉区和泉が丘1-26-1 【アクセス】 神奈中バス「原田」徒歩1分	【住所】 横浜市泉区岡津町1228-3 【アクセス】 相鉄線「弥生台駅」徒歩20分 神奈中バス「金堀谷」徒歩3分、 「領家谷」徒歩3分、または 「白百合台団地」徒歩6分	【住所】 横浜市泉区和泉中央北5-14-1 【アクセス】 相鉄線「いずみ中央駅」徒歩5分

申込フォーム、電子メールまたは電話により、事前申込をお願いします。


お申し込み方法

必要事項 ①希望する回 ②氏名 ③住所(町名まで)④電話番号
⑤申込区分 A: 泉区内で地域活動をしている方、
B: その他、受講を希望する泉区民

申込先 **申込フォーム** 右のQRコードをスマートフォン等のカメラで読み取り、申込フォームにアクセスして下さい。
電子メール seminar.annai2021@gmail.com
電話 045-228-8080 (平日 AM10:00 ~ PM3:00)
***お申し込みはできる限り申込フォームまたは電子メールでお願いします。**

申込期間 9月1日(水) ~ 9月15日(水)

申込結果 9月16日(木)以降に、電子メールまたは電話により、受講の可否についてご連絡します。



申込フォーム
QRコード

申込受付と受講の可否についてのご連絡は、株式会社ミントスに委託しています。
株式会社ミントス 〒231-0014 横浜市中区常盤町1-2-1 9F-D

事務局

泉区役所福祉保健課 事業企画担当 電話番号 045-800-2433 FAX 045-800-2516 Mail: iz-fukuho@city.yokohama.jp

注意: 町内会の回覧状況で、申込み期限後に回覧になる場合がありますのでご了承下さい。

パン販売

下和泉地域ケアプラザのエントランスで、障がいのある方の働く場である、地域作業所がパンを販売しています。
無添加の美味しいパンです。ぜひ、お立ち寄り下さい！

販売時間：11:45～12:45（売り切れ次第終了）
（開始時間は焼き上がりにより多少前後します。）

- *パン工房つくし：毎週木曜日（祝日休み）
- *共働舎：第1・3水曜日（祝日休み）



しもずく広場



開放日：毎週土曜日
時間：14:00～16:30
場所：下和泉地域ケアプラザ
小学生以上の子どもが、勉強やゲームなど自由に利用できる場所として、無料で開放しています。

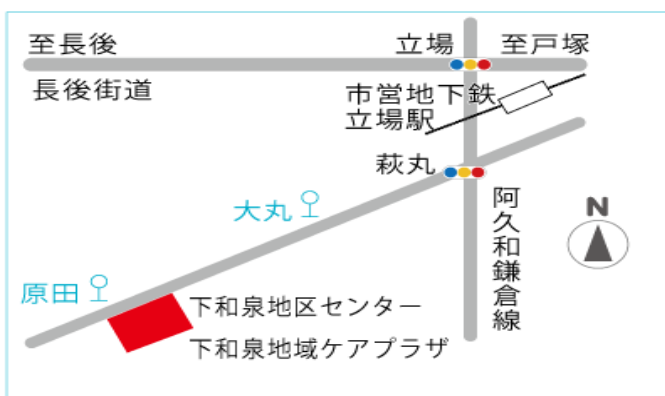
ボランティアさんがいるので勉強も教えてもらえます。



貸館利用について



- 当面の間、施設利用の新規予約はできません。
（既に予約済みの方は、ご利用できます。）
 - 各部屋の定員50%以内。
 - マスクを常時着用。
（マスクを着用したまま実施することが困難な活動は、利用不可となります。）
 - 原則、水分補給を除く飲食は禁止。
（水分補給の際は、対面にならないようご注意ください。）
- ご不便をおかけして申し訳ございませんが、ご理解・ご協力の程、お願いいたします。



下和泉地域ケアプラザだより〈第150号〉

発行日：令和3年8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 高橋 好朗

連絡先：泉区和泉が丘1-26-1

TEL：802-9920

FAX：802-9927

