

# 下和泉地域ケアプラザだより

《第146号》

地域ケアプラザは、介護の悩みなど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。



しもづく

無料

上手に！楽しく！体操を教えるコツ学びませんか？

## 体操指導者育成講座



誰でも楽しくできる体操を覚えて、地域のサロンなどで体操指導をしてみませんか？  
体操を上手に教えるコツをスポーツ協会の先生が分かりやすくレクチャーします！

|     |  |     |                             |
|-----|--|-----|-----------------------------|
| 日 時 | 1回目 6月8日(火)<br>10:00~11:30 「なじみの曲で楽しく体操～体操を教えるコツ～」 |     |                             |
|     | 2回目 7月13日(火)<br>10:00~11:30 「笑顔あふれる体操～伝える楽しさを知る～」  |     |                             |
| 会 場 | 下和泉地域ケアプラザ2F多目的ホール                                 | 講 師 | 横浜市スポーツ協会 地域連携担当<br>常澤 和江 氏 |
| 対象者 | 体操を教えてみたい地域の方                                      |     |                             |

応募開始日 5月10日から 募集人数 20名 お問い合わせ 伊佐・児玉 045-802-9920



## 体操サークルのご案内



### グリングリン

活動日：第1・3・4 火曜日  
場 所：地域ケアプラザ多目的ホール  
時 間：10:30～11:45  
参加費：¥1,000(2ヶ月)

楽しく音楽に合わせて体操を行っています



お問い合わせ・連絡先  
高野 満喜子  
045-804-2267

### さわやか体操

活動日：基本毎週日曜日  
場 所：地域ケアプラザ多目的ホール  
(ウォーキングの時は外での活動です)  
時 間：10:30～11:45  
参加費：入会金¥1,200(1回¥100)

体操やウォーキングを中心に仲間作りを行っています



お問い合わせ・連絡先  
南 敏弘  
045-805-6058



第4

水曜日

認知症カフェは、認知症のひと安心して参加できる場所です。認知症のひと、その家族・友人、地域のひとや専門職がつながり、共に学び合っ「認知症になっても安心して暮らせる地域」を作りましょう。どなたでもご参加いただけます(先着10名)

ミニ講話・介護・健康あれこれ相談

移動スーパーぽかぽかマートでお買物もできます  
13時15分～13時45分ごろ



毎月第4水曜日 13時30分～14時30分

場所: 下和泉連合町内会館

| 日にち    |        |
|--------|--------|
| 4月28日  | 5月26日  |
| 6月23日  | 7月28日  |
| 8月25日  | 9月22日  |
| 10月27日 | 11月24日 |
| 12月22日 | 1月26日  |
| 2月23日  | 3月23日  |



※新型コロナウイルス感染症予防のため  
・マスク着用をお願いします。  
・会場での飲食はできません。  
・水分補給はできます。ご持参ください。  
・先着10名(予約優先)

参加ご予約  
お問い合わせ先

下和泉地域ケアプラザ  
和泉が丘1-26-1 ☎802-9920



始まりは音楽で！  
なごやかな雰囲気にな  
包まれます。



この日はお口の健康のお話  
でした。  
参加者のお話はずみずみです。

今年度は相談コーナーも設けて、ますます充実  
させていく予定です。ケアプラザや近隣の事業  
所の専門職がお待ちしております。

お知らせ

ぽかぽかサロン番外編！

6月4日(金)13:00～14:00ケアプラザで開催。  
ケアプラザ協力医をお迎えして番外編を企画中！

## 寄付のお願い

家に眠っているトランプや、オセロなどの  
ボードゲームはありませんか？

毎週土曜に開催している小学生以上の  
お子様を対象とした居場所「しもずく広場」  
で活用させていただきます。

是非、ご寄付にご協力ください。

お問い合わせ・連絡先

下和泉地域ケアプラザ・児玉



きらり☆

ご近所さん

木彫り細工名人の

桐生 満さん

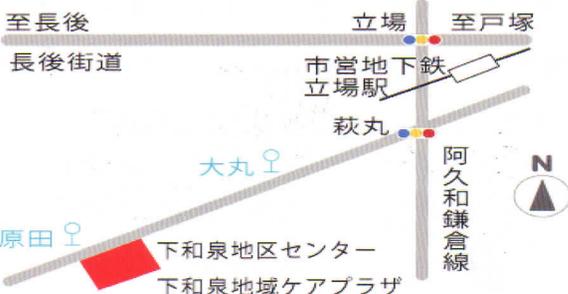


下和泉に住んで52年。10年程前の事故により、自宅に  
いる時間が増えたことで始めた木彫り細工。

遠くから見たら本物と見間違えてしまうほどの木彫りの鳥  
が部屋に沢山飾ってありました。「これでも人に配ったりして  
少ないんだよ」と桐生さんは言います。



ケアプラザのショーケースにも桐生さんの木  
彫りの絵を展示していますので、来館の際は是非  
ご覧ください。



下和泉地域ケアプラザだより 〈第146号〉

発行日：令和3年4月29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

