



はなだてだより



横浜市下倉田地域ケアプラザ

第215号

令和4年2月号



発行元
横浜市下倉田地域ケアプラザ

発行責任者
所長 西隈 肇

新型コロナウイルスの影響により、各講座は中止の可能性もございます。事前にご確認ください。
ケアプラザ来館の際には、事前検温を行い、マスクの着用、上履きのご持参をお願いいたします。

よこはまシニアボランティア 申込み制 ポイント登録研修会

よこはまシニアボランティアポイントは、ケアプラザや介護施設等でボランティア活動を行うと、ポイントがたまり、換金または寄付することが出来る制度です。

日時：3月3日(木) 9:30~11:30
3月5日(土) 9:30~11:30
※ご都合のつく日で申込みください。
両日とも同じ内容です。

対象：65歳以上の横浜市民
持ち物：介護保険者証・筆記用具・室内履き
定員：各回4名(先着順)
締め切り：2月18日(金)



サロンはなだて 申込み制

←イメージです。

手作りカードケース

日程：2月26日(土)
時間：10:00~11:00
場所：下倉田地域ケアプラザ
対象：どなたでも
材料費：1人100円
持ち物：スティックのり・ハサミ・室内履き
定員：10名(定員になり次第締め切らせていただきます)



下倉田地区社会福祉協議会 下倉田地域ケアプラザ 共催事業

はじめての色鉛筆画

ご参考として、
ケアプラザの3月の展示では、
他サークルさんの「色鉛筆画」が
予定されています

日程：4/12. 4/26. 5/10. 5/24. 6/14. 6/28 第2・第4(火)

時間：9:30~11:30

場所：下倉田地域ケアプラザ

対象：色鉛筆画を続ける気持ちがある方及びこの講座6回参加できる方

材料費：¥1800(全6回分) 第1回目に徴収しお休みされても返金はいたしません

持ち物：室内履き・あれば36色の油性色鉛筆

内容：フルーツ・花・風景

講師：久保幸恵氏 現代色鉛筆画協会委員

「1996年より、故・飯野鐵郎氏に師事。現在5つの色鉛筆画教室で講師を務める。」

定員：9名(抽選)

※切：3月25日(金) ※後日当選者にご連絡いたします。

※注意：この講座は、「色鉛筆画を始めてみたかった方」「新たな活動で仲間作りをしてみたい方」を対象に、自主グループとして継続していくことを予定しています。

申込み制・抽選です。



↑イメージです



図書コーナーの「だーっこだっこ」
おすすめ

100人の保育士さん推薦！かわいい動物親子のほほえましい様子が見られます。
「だっこは幸せホルモン」を出し心を育てる！ぜひごらんください。



各事業のお申込みは・・・

下倉田地域ケアプラザ 電話番号：045-866-2020

健康のお話

わが町ドクター紹介

新年おめでとうございます。おながファミリー眼科院長の翁長正樹です。当院はコロナ真っ只中の2020年5月に開業しました。戸塚区下倉田町の地域の皆様の目の健康の維持に貢献してまいりたいと考えております。

今回は「目の健康は全身の健康」というテーマでお話いたします。

例えば緑内障という疾患は徐々に視野（見える範囲）が狭くなります。病気が進行してしまうと転倒のリスクが上がり、結果として介護が必要になることもあります。

また、白内障という水晶体が濁る疾患は認知症との関連が報告されています。更に眼精疲労やドライアイといった病気はうつ病とも関連があると言われています。

目は情報の70%以上を司る感覚器で、眼の健康の維持は全身の健康に繋がります。特に目は老視など老化の表れが早く感じる器官でもあります。当院は患者様の目の病気の治療に加えて患者様の目や全身の健康の維持にも目を向け、診療に取り組んでおります。

人生100年時代と言われる昨今において目の健康は非常に重要となります。いずれの疾患においても早期発見、早期治療が目の健康・全身の健康に繋がりますので、気になることがありましたら眼科へ受診してみてください。

今年もよろしく申し上げます。



おながファミリー眼科
院長 翁長 正樹 先生

日	月	火	水	木	金	土
		2月1日	2月2日	2月3日	2月4日	2月5日
		貸し館予約開始 電話受付 9:00~			みんなのお著プロ ジェクト講習会 10:00~	
2月6日	2月7日	2月8日	2月9日	2月10日	2月11日	2月12日
	遊び場しゃべり場 ほっとタイム10:00~		ハートぽっぽ 9:45~		楽今日サロン 9:30~(折り紙のみ)	
2月13日	2月14日	2月15日	2月16日	2月17日	2月18日	2月19日
	遊び場しゃべり場 ほっとタイム10:00~					アランチヤ 9:30~
2月20日	2月21日	2月22日	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日
ラジオ体操 13:30~	休館日	遊び場しゃべり場 ほっとタイム10:00~		ほかほかサロン 10:00~		サロンはなだて 10:00~
2月27日	2月28日					
	遊び場しゃべり場 ほっとタイム10:00~					

2月の展示 水彩画展

2月の作品展示はケアプラザで活動している「サップグリーンさん」です。展示期間2月1日（火）～2月26日（土）

毎年恒例 つるし雛展示中

ケアプラザの入口を入ると、かわいらしいつるし雛がみなさまをお出迎えいたします。幸ヶ丘・鋼管団地・手芸グループチューリップの有志のみなさんが作成されたものです。

1/13～2/10 幸ヶ丘

2/12～3/11 鋼管団地+チューリップの作品が展示されています。



※当面の間、貸し館の予約は電話受付で行います。

横浜市下倉田地域ケアプラザ

〒244-0815

横浜市戸塚区下倉田町1951-8

TEL 045-866-2020(代表)

TEL 045-866-2063(相談専用)

FAX 045-860-0200

E-mail: shimo-tiiki@hirakukaicp.or.jp

U R L: http://www.hirakukaicp.or.jp/



・戸塚駅東口②番乗場から「見晴橋」行きバス停「下倉田花立」下車徒歩5分

※ 車でのご来所はご遠慮ください