

# 包括支援センターより

平成24年度 知って得する健康福祉講座「あなたの人生！自分らしく！プラン」パートII

# ついで すみか 終の棲家

## ～歳を重ねてからの住まいかた～

【日時】 平成24年9月29日(土) 15:00～17:00

(14:30開場 15:00開演)

【講師】 齋藤 弘毅氏

神奈川県(株)ロイヤル入居相談室 センター長

～齋藤弘毅氏プロフィール～

有料老人ホームやサービス付き賃貸住宅の入居相談に、約3万件以上携わる。首都圏の有料老人ホームを中心に1,000件以上見学してきた経験から、「探される方の気持ち」を大切に、複雑な老人ホームの仕組みをわかりやすく説明いたします。

【場所】 下倉田地域ケアプラザ 多目的ホール

【申込】 下倉田地域ケアプラザ ☎866-2020

【費用】 無料

【定員】 50名

お問い合わせ:下倉田地域ケアプラザ地域包括支援センター 石田・山本・岡田まで

主催:下倉田地域ケアプラザ包括支援センター 共催:下倉田地区社会福祉協議会

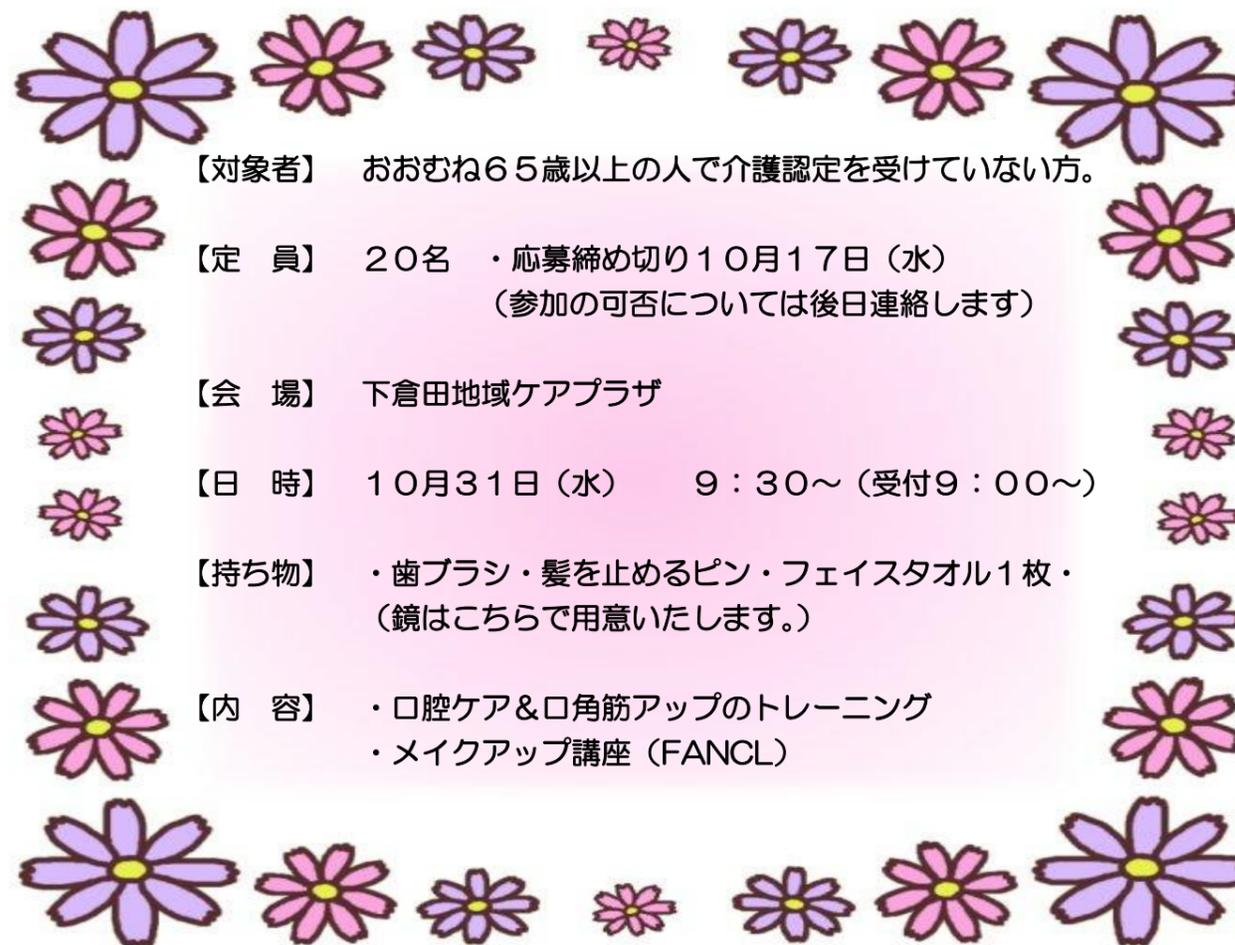
# アンチエイジング講座

～口角筋を鍛え、メイクをして素敵な笑顔を作ってください！～

健康な体を保ち見た目も若々しくなると外出に自信がつき心も元気になります。

口腔ケアで口角筋のアップを！そして素敵なメイク法を学んで若返りを！

素敵に若返って秋からの外出の機会を増やしてみませんか。



【対象者】 おおむね65歳以上の人で介護認定を受けていない方。

【定員】 20名 ・応募締め切り10月17日(水)  
(参加の可否については後日連絡します)

【会場】 下倉田地域ケアプラザ

【日時】 10月31日(水) 9:30～(受付9:00～)

【持ち物】 ・歯ブラシ・髪を止めるピン・フェイスタオル1枚・  
(鏡はこちらで用意いたします。)

【内容】 ・口腔ケア&口角筋アップのトレーニング  
・メイクアップ講座(FANCL)

申込み・お問合せ:下倉田地域ケアプラザ 866-2020 (山本・石田ゆ・岡田)

# 9月の展示

# 秋にも和を楽しもう！！ 水墨画展

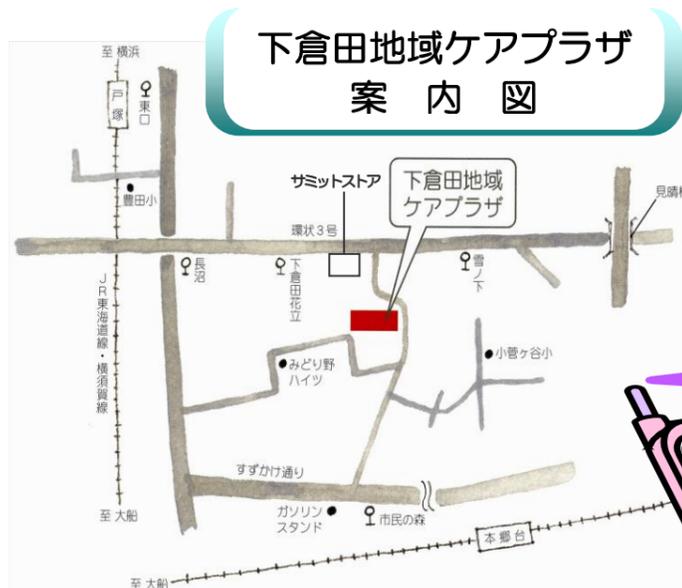
9月の作品展示は下倉田地域ケアプラザで活動されている「水墨会(すいぼくかい)」さんの水墨画展です。皆様ぜひお越し下さい！

展示期間：9月1日(土)～9月30日(日)  
展示場所：下倉田地域ケアプラザ 1階 廊下



# 9月の予定

日	月	火	水	木	金	土
						9月1日 貸し館予約開始
9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日	9月8日
遊戯会	遊び場・しゃべり場・ほっとタイム(プレイルーム) 健康市場					花男Day (14:00～)
9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	9月15日
	遊び場・しゃべり場・ほっとタイム(プレイルーム) 健康市場	なでしこ食事サービス 会食会	ハートぽぽ		楽今日サロン	
9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日
	定期清掃日	遊び場・しゃべり場・ほっとタイム(プレイルーム)	廃油石けん作ってみませんか！			サロンはなだて (映画上映会)
9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日
	遊び場・しゃべり場・ほっとタイム(プレイルーム) 健康市場					知って得する健康福祉講座
9月30日						



## 下倉田地域ケアプラザ 案内図

- 交通機関
- 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
  - 本郷台駅②番乗場から「戸塚・飯島団地」行き・バス停「貝殻坂」または「市民の森」下車徒歩9分
- ※ 車でのご来場はご遠慮ください

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: simokurata@hirakukaicp.or.jp  
URL: http://www.hirakukaicp.or.jp/



# はなだてだより

横浜市 下倉田地域ケアプラザ

第102号

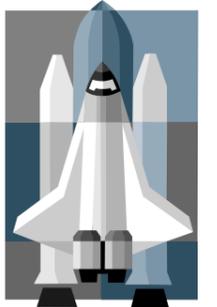
平成24年9月号

☆もくじ☆

- 1P映画上映会(サロンはなだて)・展示作品募集
- 2P終の棲家(包括より)
- 3Pアンチエイジング講座(包括より)
- 4P9月の展示予定・9月の予定

## サロンはなだて企画 映画上映会 「はやぶさ」 ～HAYABUSA～

日時：9月22日(土) (祝)  
時間：開場9:15 開始9:30(上映時間140分)  
場所：下倉田地域ケアプラザ 多目的ホール  
対象：どなたでも  
費用：無料  
申込み：不要



【上映作品情報】  
監督：堤 幸彦  
脚本：白崎博史 / 井上 潔  
出演：西田敏行/竹内 結子/高嶋 政宏/佐野 史郎/山本 耕史/鶴見辰吾

あらすじ…  
2003年5月9日。小惑星探査機「はやぶさ」は、小惑星イトカワを目指し地球を出発した。イオンエンジンの実験、成功すれば世界初となる小惑星からのサンプル入手などを目的として2005年11月にイトカワに到着。しかし姿勢制御装置の不具合や、通信が途切れるなど、さまざまなトラブルに見舞われてしまう

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

# 展示作品募集

皆様が日頃制作した作品をケアプラザに展示してみませんか？

展示期間：11月1日(木)～11月30日(金)

展示場所：下倉田地域ケアプラザ 1階 廊下

お問合せ：電話にて 866-2020 担当 糸山

※9月30日(日) 締切

※作品の種類、受付状況により展示できない場合がありますのでご了承ください