



はなだてだより



第262号

横浜市 下倉田地域ケアプラザ

令和8年1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

年頭のごあいさつ

皆さま、あけましておめでとうございます。

昨年の新語・流行語大賞に「ぬい活」という言葉がノミネートされました。自身の「推し」のぬいぐるみをファッションに取り入れたり一緒に写真をとったり、といった活動です。就活や腸活、菌活、終活も・・・〇〇活という言葉があふれる昨今です。しかし、とある本でいるんな「活」があっても、いつの間にか始まって終わるもの“生「活」”があってこそじゃないかという文章をみました。一人ひとりのそんな「生活」を微力ながらでも応援できるケアプラザ。

皆さまと向き合える 2026 年を目指してまいります

下倉田地域ケアプラザ 所長 西隈 肇

～ぽかぽかサロン(介護者のつどい)～

申込制

介護するあなたに知ってほしいこと

大人用おむつの講座

～おむつの正しい使い方、知ってますか?～

日時: 令和8年1月29日(木)

10:00～11:30

場所: 下倉田地域ケアプラザ

講師: 王子ネピア株式会社 藤田 絵理香氏

内容: 大人用おむつの基礎知識

おむつの種類や選び方、使い方等

対象: 現在介護している方等これからの

介護に備えて興味関心がある方

定員: 15 名程度

費用: 無料

持ち物: 上履き

サロンはなだて



むかしあそび

申込制

たのしく昔遊びをしてみませんか、ルールがわからなくても大丈夫、やさしく教えてくれるボランティアさんがいますよ。

日 付: 1月24日(土)

時 間: 9:30～11:00



場 所: 下倉田地域ケアプラザ

対 象: 未就学児(保護者同伴)～小学3年生向けの

内容ですが、どなたでもご参加できます。

(定員になり次第締め切ります。)

定 員: 25 名程

費 用: 無料

内 容: めんこ・だるまおとし

お手玉・けん玉等予定

協 力: 認定 NPO 法人舞岡・やとひと未来

ボランティアのみなさま

持ち物: 室内履き

温かいお汁粉もご用意
しております



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

下倉田ケアプラザ☆フェス事業報告



12月6日(土) ケアプラザ☆フェスを行いました。

当日は、総勢560名の参加がありました。

模擬店や自治会町内会、各種団体の展示、活動発表上映等を行いました。

みんなで歌おうコーナーやウナシーのお友達も遊びに来て、子供たちは大興奮!! 賑やかなケアプラザ☆フェスでした。

ご参加下さったみなさま、ありがとうございました。

祭

体調不良の方は、ご利用をご遠慮いただくなど引き続きの感染症対策にご協力をお願いいたします。
館内利用時には上履きのご持参にご協力をお願いいたします。

各事業のお申し込みは・・・下倉田地域ケアプラザ 電話番号: 045-866-2020

講座のお申込み時に頂く個人情報適切に管理し、目的以外での使用はいたしません。

わがまち薬局

皆様、厳しい寒さが続きますが、いかがお過ごしでしょうか。トモズ下倉田店です。
今回は薬局で行っている在宅訪問サービスについてご紹介させていただきます。

突然ですが、こんなことで困った経験はないでしょうか。

- 通院困難で薬局までお薬を取りに行くのが大変
- お薬の飲み忘れが多く、残薬がたくさんある
- お薬の管理や保管に不安がある

上記の困りごとに対して薬剤師がご自宅まで訪問し、お薬のお届けや服薬および管理に関する支援を行う『在宅患者訪問薬剤管理指導』という在宅訪問サービスがあります。

かかりつけ医師や看護師、ケアマネージャーなど多職種の方々と連携し、患者様とご家族様の在宅療養をケア、サポートしています。

サービスの一例：

- ・お薬の管理にお困りの際にはお薬カレンダーやお薬の時間になるとお知らせしてくれる機器などの提案や薬剤師によるお薬のセットにより服薬のお手伝いをします
- ・服薬状況や生活リズムを踏まえた上でお薬の内容を整理し、体調に即したお薬の提案により必要以上にお薬が増えないように予防に協働します
- ・入退院時には医療機関と連携し、お薬の情報共有や管理、サポートをします

皆様のご自宅で過ごしたいというご希望を実現する一助になればと思いますので、お困りのことがございましたらお気軽に薬局までご相談いただくと幸いです。

株式会社トモズ
エリアマネージャー 白熊 怜史



トモズ下倉田店

在宅訪問サービスの流れ

かかりつけ医師から
受け取った処方箋を
トモズへFAXもしくは
トモズアプリのLINE等で送付



(または、代理の方に
トモズまでお持ちいただく)

薬剤師がご自宅に
お薬をお届け
服薬についてサポート



患者さまからうかがった
お薬に関する内容を
医師やケアマネージャー
等に報告



日	月	火	水	木	金	土
				1月1日	1月2日	1月3日
				休館日	休館日	休館日
1月4日	1月5日	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日
貸し館予約開始 電話受付 9:00~	遊び場しゃべり場 ほっとタイム9:30~				楽今日サロン (かぎあみ等) 9:30~	
1月11日	1月12日	1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日
ラジオ体操の会 13:30~			ハートぽっぽ 9:30~			アランチヤ 9:30~
1月18日	1月19日	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日
	休館日	遊び場しゃべり場 ほっとタイム9:30~				サロンはなだて (むかしあそび)
1月25日	1月26日	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日
ラジオ体操の会 13:30~	遊び場しゃべり場 ほっとタイム9:30~			ぽかぽかサロン 大人用おむつの 講座 10:00~		

毎月のカレンダーについて

緑の字→ 直接来館 OK 黒い字→ 事前申し込み制

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/



まずはお電話ください

包括支援センターは主に地域のご高齢者様の福祉・保健に関する相談を電話・来所・訪問等で受付けています。相談員が不在の場合もありますので来所の際には事前にお電話でご予約をお願いします。

つるし雛展示

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。

鋼管団地の有志のみなさんが作成されたものです。

1/10(土)~3/9(月)

みなさまお楽しみください。

1月の展示

書道展

地域で活動されている「なかよし会さんの作品展」です。

1月5日(月)~1月27日(火)



・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