

3月の展示色鉛筆画展

3月の作品展示は、「美彩会」さんの色鉛筆画を展示いたします。
皆様ぜひお越し下さい！

展示期間：3月1日（火）～3月31日（木）
展示場所：下倉田地域ケアプラザ 1階 廊下



3月の予定

日	月	火	水	木	金	土
		3月1日	3月2日	3月3日	3月4日	3月5日
		貸し館受付				
3月6日	3月7日	3月8日	3月9日	3月10日	3月11日	3月12日
	遊び場・しゃべり場・ほっとタイム(プレイルーム)	なでしこ食事サービス 会食会	ハートぽっぽ		楽今日サロン	花男Day
3月13日	3月14日	3月15日	3月16日	3月17日	3月18日	3月19日
	遊び場・しゃべり場・ほっとタイム(プレイルーム)					
3月20日	3月21日	3月22日	3月23日	3月24日	3月25日	3月26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)				サロンはなだて
3月27日	3月28日	3月29日	3月30日	3月31日		
	遊び場・しゃべり場・ほっとタイム(プレイルーム)					

【遊び場・しゃべり場・ほっとタイム】 10:00～12:00

原則月曜日に実施(第3週は火曜日) 身近な相談役である子育て支援者がいます。おもちゃで遊んだり、おしゃべりしたりできる親子の居場所ですので、気軽にお出かけください。子育ての相談も出来ます。

【楽今日サロン】 10:00～15:00

毎月第2金曜日に実施。お茶代 100 円、プラス 100 円で軽食を食べることができます!下倉田在住の方対象のサロンです。囲碁、将棋、オセロ、折り紙など地域の方同士楽しく過ごしていただいております。13時頃から歯医者さんがこれお話しが聞けます。

【サロンはなだて】 10:00～13:00

毎月第4土曜日に実施。オセロ、ミニ卓球、ダーツ、囲碁、将棋、幼児用おもちゃなど色々な物で遊んでいただくサロンです。赤ちゃんからご年配の方までどなたでもお越しください。毎月企画も実施しております。



包括支援センターより

気をつけて！！高齢者の詐欺被害が急増しています。

「オレオレ詐欺」や「振り込め詐欺」の手口も巧妙になり、「悪質リフォーム」業者に勧められる必要のない工事もさまざまな箇所に及んでいます。

国民生活センターでは、

- 日頃から家族や身近な人の注視、地域での見守りを行う。
 - 訪問販売などで不審な勧誘があった場合には、その場で契約せず十分な検討を行う。
 - トラブルが分かったら、すぐに消費生活センター等に相談する。
- 等の注意を呼び掛けています。



2月4日（金）神奈川県エアロビック連盟会長 関口美恵子先生を講師にお招きし、神奈川県警交通安全教育隊の警察官とさゆりさん（下記写真参照）にも来ていただきトラビックの体験と交通安全教室を行ないました。

トラビックは、高齢者の方が歩行中に交通事故にあわないために開発されたエアロビック運動で、「春がきた」「茶摘」「村祭」「雪」「ふじの山」の曲に合わせて運動をします。歌はそれぞれ交通事故防止の替え歌になっていて、動きも覚えやすく楽しく運動することができました。

交通安全教室も、色々な質問がでて参加者の皆さんの関心の高さを感じる事ができました。

トラビックは楽しく体力向上ができ事故に遭わない安全行動を身につけられるとても良い運動だと感じました。



はなだんでい〜 「花男Day」にお越しください!!

日 程:毎月第2土曜日
時 間:13:00~17:00
場 所:下倉田地域ケアプラザ
対 象:男性(年齢制限なし)
申 込:不要
費 用:100円(お茶代)

花男 Day を毎月行っています。
前は平成23年2月12日(土)に開催されました。バレンタインデー企画として「自分でチョコレート作ろう」という企画を実施したり、電子ダーツで点数を競ったり、Wii(ういー)フィットで様々なゲームして楽しんでいただきました。
次の開催は3月12日(土)です。



チョコレート作り!



Wiiフィットでスキージャンプ!



インターネット検索中



楽しく鍛える脳トレゲーム



おいしい飲み物準備してます!

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84号

平成23年3月号

☆もくじ☆

1 P サロンはなだて「歌声サロン」
3 P 包括より

2 P 展示予定・今月の予定
4 P 花男Day

サロンはなだて内企画

歌声サロン

童謡、唱歌などを皆さんで気軽に楽しく歌いませんか?
普段あまり歌わない、久しぶりに歌ってみたいという方
大歓迎です! リクエストにもお答えする予定です!

日 程: 3月26日(土) 10:00~12:00

場 所: 下倉田地域ケアプラザ

対 象: どなたでも

持ち物: 特になし

費 用: 無料

申 込: 不要(直接お越しください)

※ 車でのご来場はご遠慮ください

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

