

1月の展示

書道展

1月の作品展示は下倉田地域で活動されている、「仲よし会」さんの書道展です。皆様ぜひお越し下さい！

展示期間：1月4日(木)夕方～1月28日(日)
 展示場所：下倉田地域ケアプラザ 1階 廊下



1月の予定

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|-----------------------------------------|---------------------------------------|----------------|--------------------------------|--------|---------------------|
| | 1月1日 | 1月2日 | 1月3日 | 1月4日 | 1月5日 | 1月6日 |
| | 休館日 | 休館日 | 休館日 | 貸し館予約開始 | | |
| 1月7日 | 1月8日 | 1月9日 | 1月10日 | 1月11日 | 1月12日 | 1月13日 |
| | 健康市場 (ケアプラザ) | | | 健康市場 (ブロードスクエア) | 楽今日サロン | |
| 1月14日 | 1月15日 | 1月16日 | 1月17日 | 1月18日 | 1月19日 | 1月20日 |
| | 休館日 | 遊び場しゃべり場 (ほっとタイム 健康市場 (幸ヶ丘)) | 健康市場 (小松ヶ丘) | | | |
| 1月21日 | 1月22日 | 1月23日 | 1月24日 | 1月25日 | 1月26日 | 1月27日 |
| | 遊び場しゃべり場 (ほっとタイム 健康市場 (ケアプラザ)) | | | 子育て応援タイム 健康市場 (ブロードスクエア) | | サロンはなだて (ボクササイズ) |
| 1月28日 | 1月29日 | 1月30日 | 1月31日 | | | |
| | 遊び場しゃべり場 (ほっとタイム 健康市場 (ケアプラザ)) | | | | | |

【子育て応援タイム】 9:30～11:30
 原則毎月第4木曜日に実施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気軽にお出かけください。(7月・8月・12月はお休みです)

【遊び場・しゃべり場・ほっとタイム】 10:00～11:30 (片付時間含む12:00までです)
 原則月曜日に実施(第3週は火曜日)おもちゃで遊んだり、おしゃべ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。※祝日はお休みです

【ハートぽっぽ】 9:30～11:30
 毎月第2水曜日に実施。(1月お休み)
 親子が集まって自由にお話したり、遊んだりする出入りの自由なサロンです。ボランティアさんによる手遊びや紙芝居・パネルシアター等もあります。気軽にご参加ください。

【楽今日サロン】 9:30～14:30
 毎月第2金曜日に実施。参加費 200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。

サロンはなだて内企画

ボクササイズ

音楽に合わせてリズムカルにパンチ！
 脂肪燃焼&ストレス解消にボクササイズ♪
 レベルは、ご自身のペースに合わせてどなたでも楽しめる内容です

日時：H30年1月27日(土) 10:00～11:00 (9:40受付)
 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
 講師：小浜美智代氏 (adidasboxing インストラクター)
 内容：音楽に合わせてリズムカルにボクササイズを行います♪
 参加費：無料
 持ち物：室内用運動靴・タオル・飲み物
 服装：動きやすい服装でお越しください
 定員：20名(定員になり次第締切らせていただきます)
 申込：下倉田地域ケアプラザ
 来所または電話にて 866-2020



消費生活推進員
 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

下倉田地域ケアプラザ デイサービス紹介

今年、10月のレクで作成した陶器が、丸や四角や葉っぱの形に色がつき、ステキなお皿になって戻ってきました。各自それぞれに世界に1つだけのクリスマスプレゼント♪となりました。



あんしん子育て教室
貯蓄ができる家計にしよう!

申込み制



1から学ぶお金の貯め方講座

とっとの芽で人気の講座を下倉田地域ケアプラザで行います。赤ちゃんが生まれて幸せを感じる一方、目の前の育児に追われてつい家計がなおざりになってはいませんか?いろいろお金がかかる中、どうやってお金を貯めていったらいいの?子供の学資保険はどうしたらいいの?等、みんなでお金の貯め方について勉強しましょう

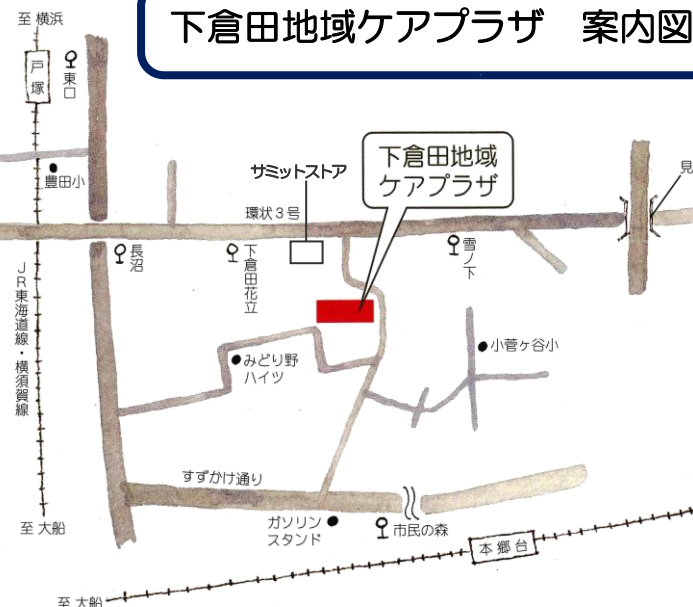
- 日時: 2月25日(日) 10:30~12:00 (10:00受付)
- 場所: 下倉田地域ケアプラザ 多目的ホール
- 対象: 主に下倉田在住の方で0歳~2歳半くらい子供と家族 (パパのみ・ママのみでの参加でもOKです)
- 講師: 田中康博氏 (36歳) 男の子2人のパパ (外資系の金融機関にてライフプランナーとして貯蓄や保険のコンサルティングを行っています)
- 内容: どうやってお金を貯めたらいいの? 子供の学資保険について 聞いていてよかったお金の話・・・等
- 参加費: 無料
- 定員: 15組 (定員になり次第締切らせていただきます)
- 申込: 下倉田地域ケアプラザ 来所または電話にて 866-2020



交通機関



下倉田地域ケアプラザ 案内図



- 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
- ※ 車でのご来所はご遠慮ください

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
U R L: 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166号

平成30年1月号

☆もくじ☆

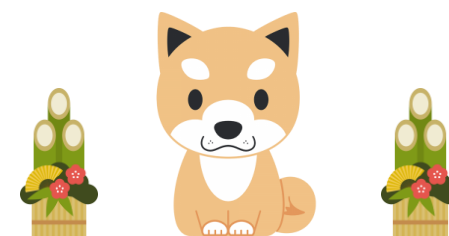
- 1P 年頭のごあいさつ
- 2P 1月の予定・展示予定
- 3P サロンはなだて デイサービスより
- 4P 安心子育て教室

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。

平成15年12月に開所した下倉田地域ケアプラザはおかげさまで今年15周年を迎えます。15年前と比べて下倉田の街は変化しております。地域が変わるとともにケアプラザも変化していかなければと思っております。こんな時どうしたらいいの?こんなことができたらいいのかな、と地域の皆さまが気軽にふらっと立ち寄れるケアプラザでありたいです。平成30年度もよろしくお願いいたします。

下倉田地域ケアプラザ
所長 相沢 美樹



〔ケアプラザ祭りご報告〕 昨年のケアプラザ祭りでは、たくさんの方におこしいただきありがとうございました