



はなだてだより



横浜市 **下倉田** 地域ケアプラザ

第218号

令和4年5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 西原 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。

下倉田いきいきセミナー

申込み制

脳と心を元気にする ～写真撮影の基礎講座～ 写真の力!



日時: 6月23日(木)・6月30日(木)の2日間
10:00～11:30 ※両日参加できる方

場所: 下倉田地域ケアプラザ

内容: カメラの構え方から、撮り方、構図など
写真撮影の基礎を学びます。

講師: 影山 不二夫 氏

東京写真研究会第59回【鎌倉(駅から八幡宮)】出展
横浜美術協会第29回ハマ展横浜市教育委員会賞受賞
横浜美術協会第31回ハマ展横浜美術協会奨励賞受賞 等

対象: カメラをお持ちの方なら誰でも

(当日はカメラをご持参ください。

一眼レフ・ミラーレス・デジカム・フィルムカメラ等
種類はどんなものでもかまいません。)

定員: 20名(定員になり次第締め切ります。)

費用: 無料



サロンはなだて
申込み制

「ポッチャ」 体験会

ポッチャとは、ヨーロッパで生まれたボールを使う
スポーツです。初めての方でも、気軽にご参加いた
だけますよ。



日時: 5月28日(土)
10:00～11:30 予定

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

定員: 12名 (定員になり次第締め切ります)

持ち物: 室内履き・飲み物・マスク着用
動きやすい服装でお越しください。

費用: 無料

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

ゆる～い

申込み制

脳トレいかがですか?

日時: 6月23日(木) 14:30～15:45

場所: 下倉田地域ケアプラザ

対象: どなたでも

費用: 無料

持ち物: 室内履き・飲み物・マスク着用
動きやすい服装でお越しください。

内容: 簡単な体操・みんなでゲーム、
間違いさがしなどプリントもご用意
します。

定員: 12名程度 定員になり次第締め切ります



介護者の集い

ぽかぽかサロン下倉田

みんなで集まって介護についての日頃の悩みや不安、経
験を話し合う気軽なサロンです。

今回はミニ講座も開催いたしますので、ぜひ初めての方
もご参加ください。お待ちしております。

日時: 5月26日(木) 10:00～11:30

場所: 下倉田地域ケアプラザ

内容: ①ミニ講座【転倒予防について】
ルネサンス元氣ジム戸塚の方を
講師に招きお話ししていただきます!

②茶話会

介護に関するお話を皆さんと一緒に
語りあいます。

対象: 介護をされている方・興味がある方

申込: 初めての方はお問い合わせください。

費用: 無料



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

子育てママ必見!

リユースの会



必要のなくなった乳幼児用洋服などを集めて無料で必要な方にお渡しする「リユース（再利用）の会」を実施します。
どなたでも参加OK、もらうだけでもOKです!

コロナ密対策の為

新型コロナウィルスによる、感染拡大状況により、ケアプラザの外でお待ちいただく場合がございます。
ご理解・ご協力お願いいたします。

注意

日程：6月3日（金）
時間：11:00～12:00
場所：下倉田地域ケアプラザ（全部屋使用）
対象：どなたでも
持ち物：持ち帰り用の袋・マスク着用・室内履き（必要な方）
申込：不要

※事前検温をお願いします。

【ご参加にあたって】

※品物の安全性は各自でご確認の上、ご使用ください、車でのご来場はご遠慮ください

※コロナ対策について※

コロナ対策の為、受付は基本外で実施し、品物は、ケアプラザの1階室内にてサイズ別に分散して実施予定です。各部屋は、人数制限があります。手指の消毒後、品物をテーブルの上でご覧ください。ご不便おかけしますが、ご協力よろしくをお願いいたします。ケアプラザのスリッパの貸し出しは基本行っていません。

リユースの会への物品募集!

募集対象

150cm サイズ以下の洋服（なるべくサイズ別にまとめたもの）マタニティ用品 玩具（ぬいぐるみは不可）
絵本（チャレンジ等の教育本は不可）、だっこヒモ、くつ（状態のいいもの）、水あそび用おむつ
その他の品物や大きい品物はご相談ください。

募集期間：5月31日（火）まで（受付時間9:00～17:00）

～～お願い～～

お持ちになる物品は使用する方が気持ちよく使える状態で出品をお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日	5月7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41410:00～					
5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月12日	5月13日	5月14日
	遊び場しゃべり場 ほっと41410:00～	はじめての色鉛筆画 9:30～11:30	ハートぽっぽ 9:30～	スマホ講座 13:00～15:00	楽今日サロン 9:30～ (折り紙・ポッチャ)	
5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日	5月21日
ラジオ体操 13:30～	休館日			ルディックウォーキング 15:10～16:40		アランチヤ 9:30～
5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日
	遊び場しゃべり場 ほっと41410:00～	はじめての色鉛筆画 9:30～11:30		ぼかぼかサロン 10:00～		サロンはなだて 10:00～
5月29日	5月30日	5月31日				
	遊び場しゃべり場 ほっと41410:00～					

5月の展示 おススメ本紹介

5月の展示はケアプラザのおすすめ図書紹介展示を行います。

展示期間：5月1日（日）～

5月27日（金）まで

展示場所

下倉田地域ケアプラザ
1階廊下



介護のご相談 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。

※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