



はなだてだより



横浜市 下倉田地域ケアプラザ

第231号

令和5年6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

ケアプラザ来館の際には、事前検温を行い、マスクの着用、上履きのご持参にご協力をお願いいたします。

小学生対象

キッズサロン

サロンはなだて 申込み制

7/26(水)
冷やしうどん

8/4(金)
肉巻きおにぎり

8/10(木)
冷やしうどん



夏休み小学生の居場所を下倉田地域ケアプラザで開催します。当日は、ボランティアさんの協力もあります。ちょっと勉強、昼食と楽しい遊びで過ごしてみませんか？

昼食は、ボランティアさんによる手作りの昼食を予定しています。

(メニューについては変更の可能性もございます。又 アレルギー及び好き嫌い等の個別対応はいたしかねます。ご了承ください)

時間：9：45～14：00 (受付9：30～) 場所：下倉田地域ケアプラザ (多目的ホール・ボランティアルーム)

対象：近隣の小学生 (各20名) ※1人1～3日ご参加いただけます。費用：1回100円 (参加費・昼食付)

内容：やりたい勉強を参加者それぞれ行う (読みたい本持参もOK)

昼食を食べる、昼食後、カードやボードゲームをする等

持ち物：自習できるドリル等 筆記用具 室内履き 飲み物

申込：申し込み開始：6月15日(木)より (定員になり次第締め切ります。)

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

スケジュール予定⇒



9:45	10:00~11:00	11:00~11:30	~14:00 終了
集合 本日の 流れ説明	勉強頑張ろう！タイム やりたい勉強に 取り組もう ※参加者でご用意をお願いします。	休憩時間 勉強を片づけて昼食まで 少しゲームをして遊びましょう (カルタ等のカードゲームをご用意しています)	昼食＋休憩時間 食後は、カードゲームやボードゲームを いろいろ用意しています (昼食時：本の朗読も行うかも・・・)

申込み制

スマホ超入門講座

～スマートフォンを使って便利に楽しく！～

日程：7月7日(金) 9：30～11：30

場所：下倉田地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：スマートフォンをお持ちで操作に不安のある方
主に65歳以上の方

内容：スマホの基礎知識、電話のかけ方、
カメラの使い方など

費用：無料

持ち物：スマートフォン、上履き

講師：パソコンルーム戸塚教室 柴田 和枝 氏

定員：15名

※定員になり次第締め切らせていただきます



申込み制

プラレールで遊ぼう！

申込み制

部屋いっぱいに広げたプラレールに、好きな電車を走らせて遊びましょう！電車の持ち込みも大歓迎です！

日時：6月24日(土) 9：30～11：15

対象：どなたでも ※未就学児は保護者同伴

費用：無料 ※車でのご来場はご遠慮ください

持ち物：上履き (必要な方)

定員：35名 (定員になり次第締め切ります)

※電車を持ち込みする方は、
必ず電車にお名前をご記入ください。

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

申込み制

水遊び会 予告

恒例のあの企画が 3年ぶりに復活です。

日程：7月29日(土) AM 費用：無料

対象：未就園児(未就学児も兄弟は可)と親

内容：詳細は7月号をご覧ください

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は適切に管理し、目的以外での使用はいたしません。

7月からの楽今日サロン 申し込み不要

日程：毎月第2金曜日 次回は7/14
 時間：9:30~13:00
 対象：どなたでも（麻雀は下倉田町住民優先）
 参加費：¥300（軽食付き）
 内容：かぎ編 囲碁 将棋 麻雀
 持ち物：各自飲み物 室内履き
 受付時間：9:15~



【かぎ編について】

- かぎ棒 毛糸 ハサミ
- 自分の編みたい物の編み図、ご持参ください。

【麻雀参加について】

- 初心者や他者との交流を目的とした麻雀の為、お友達同士で参加されても同じグループになるとはかぎりません。
- 参加者多数の場合、下倉田町住民以外の方は参加できない場合がございます。

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

ケアプラザ協力医 山田院長の健康相談

原則毎月第2・4月曜日
 13:15~20分程度
 完全予約制 無料

6月は12日、26日

※診断・治療をするものではありません

高齢者とそのまわりの方に 手を付けてほしい消費者トラブル

健康食品や化粧品、医薬品などの定期購入

広告をみて1回限りのお試しだと思い注文したら、定期購入であった等が最近トラブルとしてあるようです。注文する前に返品・解約の条件や連絡手段など確認しておきましょう。
 また、重要なことが小さい文字で書かれていたりすることもあるので、注意しましょう。

日	月	火	水	木	金	土
				6月1日	6月2日	6月3日
				貸し館予約開始 電話受付 9:00~	リユースの会 11:00~	
6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	6月8日	6月9日	6月10日
	遊び場しゃべり場 ほっとタイム10:00~				楽今日サロン 9:30~ (かぎ編・麻雀)	石鹸作り 13:30~
6月11日	6月12日	6月13日	6月14日	6月15日	6月16日	6月17日
	遊び場しゃべり場 ほっとタイム10:00~	理学療法士による 運動教室 10:00~	ハートぽっぽ 9:30~			アランチヤ 9:30~
6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月23日	6月24日
ラジオ体操 13:30~	休館日	遊び場しゃべり場 ほっとタイム10:00~				サロンはなだて 9:30~
6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日	
	遊び場しゃべり場 ほっとタイム10:00~	理学療法士による 運動教室 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

※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/



6月の展示 個人作品展

6月の作品展示は下倉田地域の方の「折り紙」の作品展です
 展示期間：6月1日(木)~6月27日(火)
 展示場所：下倉田地域ケアプラザ 1階 廊下

メンバー募集中 健康朗読の会 ぱりぱら

活動日：毎月第2・4火曜日
 12:30~14:30
 場所：下倉田ケアプラザ
 内容：①講師指導の発声/朗読
 ②有志の朗読会

声を出して
こんなに大切!
のど・ロ・頭を
鍛えましょう



体験・見学いらして下さい



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