



# はなだてだより

横浜市 下倉田地域ケアプラザ

第252号

令和7年3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

5月展示：みんなでつくる みんなの写真展

## 花のある「一コマ写真」募集

- 応募資格 どなたでも応募できます
- 募集内容 **お花**が写っている写真
- 募集期間 3月10日(月)10時～4月22日(火)16時まで
- 応募方法 まずはお電話でご連絡ください。その後、ご自身でA4サイズに印刷しケアプラザにご持参ください。※額はケアプラザでご用意しています。
- ★ 氏名、電話番号、写真タイトルを写真の裏面に記載してください。



去年は、どうぶつのいる一コマ写真を展示しました



イメージです

### 募集要件

- ・ご本人が撮影した写真であること。
  - ・著作権に違反する写真、公序良俗に反する写真  
他人のプライバシーを侵害する写真のいずれでもないこと。
  - ・おひとりさま2点まで可 ※作品の返却希望の方は応募時にお知らせください。
  - ・応募に伴い発生した費用はすべて応募者が負担するものとします。
  - ・応募の時点で、応募者は本応募要項に記載の諸条件に同意したものとします。
- ※応募された写真を期間中に施設内で掲示し、地域の方に見学してもらう写真展です。

新しいボランティア団体が立ち上がります！

生活支援有償ボランティア  
「下倉田ちょこっとお助け隊」

## メンバー募集



自分の  
特技を  
生かして

出来る  
時に

仲間と  
楽しく

安心して暮らせる下倉田を目指して  
ちょっとした困りごとに  
あなたのチカラをお貸しください！

### 活動内容

- ・庭の草取り ・庭木の剪定 ・花の水やり
- ・家具等の移動 ・電球交換 ・粗大ゴミの搬出
- ・網戸、障子の張替え ・掃除 などのお手伝い

### 支援対象

原則下倉田町在住の高齢者世帯、障害のある方の世帯等

### 有償ボランティアとは

活動に対し謝礼金が支払われるボランティアのことを言います

### 連絡・問合せ

下倉田地域ケアプラザ

募集元：下倉田ちょこっとお助け隊事務局

## みんなで「ボッチャ」申込み

ボッチャとは、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。

室内で楽しくスポーツしませんか？

日 付：3月29日(土)  
時 間：9:30～11:30 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

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。

# 介護者のつどいに関するアンケート

ケアプラザの事業の一つで介護者の方や介護にご興味がある方々が集まり、介護に関する事を学んだり、情報交換が出来る場の提供を行っています。来年度の企画について地域の皆様のご意見をご参考にしながら開催していきたいと思っています。よろしければアンケートのご協力をお願いします。

スマートフォン  
などから QR コード  
を読み取り  
回答をお願いします。



## 展示作品募集

皆さんの作品をケアプラザの廊下で発表してみませんか？ご興味のある方は、ケアプラザまでご連絡ください

個人で

団体でも

対象：下倉田地域にお住まいの方または  
下倉田地域で活動しているグループ

展示期間：6月、10月のうち  
約1か月間予定

費用：無料



2月の展示サップグリーンさん

※宗教・営利に繋がる展示はできません

日	月	火	水	木	金	土
3月30日	3月31日					3月1日
	遊び場しゃべり場 ほっと＼＼9:30～					貸し館予約開始 電話受付 9:00～
3月2日	3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日
	遊び場しゃべり場 ほっと＼＼9:30～			シニア体操サロ ントレ 10:00～	ZUMBAゴールド 10:30～	
3月9日	3月10日	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日
ラジオ体操の会 13:30～	遊び場しゃべり場 ほっと＼＼9:30～		ハートぽっぽ 9:30～		楽今日サロン (かぎあみ等) 9:30～	アランチヤ 9:30～
3月16日	3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日
	休館日	遊び場しゃべり場 ほっと＼＼9:30～				
3月23日	3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日
ラジオ体操の会 13:30～	遊び場しゃべり場 ほっと＼＼9:30～			ぽかぽかサロン 10:00～		シニアボランティア 登録説明会 9:30～

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/



## 下倉田ケアプラザ シールアンケート結果報告



昨年、ケアプラザフェスでシールアンケート実施しました。一部結果報告させていただきます(結果は、館内掲示中です)

- ① 今(いま)あなたの大事だと思うことはなんですか？  
第1位 ・仲間づくり・交流(0歳～59歳)(60歳以上)
- ② ケアプラザでやってほしい事はなんですか？  
第1位 ・運動関係(0歳～59歳)  
第1位 ・工作・手芸などの物作り(60歳以上)

結果については、  
今後の事業等の参考にさせて  
いただきます。  
ご協力くださったみなさま  
ありがとうございました。



## 図書コーナーのおすすめ

絵本：どこへいったの?  
いちごちゃん

春らしい、カラフルな絵本はいかがでしょうか。いちご好き、フルーツ好きな方にもおすすめの一冊です。親子で一緒にいちごちゃん探しをしてみてくださいね。



## 3月の展示 色鉛筆画展

ケアプラザで活動している「さわやか色鉛筆」と地域で活動されている「美彩会」さんの展示です。  
展示期間3月1日(土)～3月24日(月)



- ・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