



はなだてだより



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

第254号

横浜市 下倉田地域ケアプラザ

令和7年5月号

使ってみよう「まかないくん」

申込み制

保存食試食会

日時 **6/21** (土)
12:30~14:30 予定



まかないくん↑

内容：まかないくんでお湯を沸かす体験
いろいろな保存食の試食（アルファ米・米粉パン等）
防災の時の備えについて等

講師：糺田康司氏

（倉田小学校地域防災拠点運営委員会委員長）

対象：どなたでも ※車でのご来場はご遠慮ください

定員：30名程度

費用：無料

持ち物：室内履き、筆記用具 飲み物

協力：下倉田地区社会福祉協議会



まかないくんとは

災害時等ライフラインが止まった際に使用できる炊き出し機です。

申込制 無料



ズンバ ZUMBAゴールド

ラテンや世界の音楽に乗ってエクササイズします
ご自分の無理のない範囲で楽しみましょう！

7月18日(金) 10:30

8月15日(金) 〃

9月19日(金) 11:30

講師：藤井 薫 氏

理学療法士
ZUMBA®インストラクター
介護予防運動指導員

場所：下倉田地域ケアプラザ

対象：概ね65歳以上25人

★自主サークルで続けたい方

持物：内履き タオル 飲み物

♡ 10月より自主サークル化予定 ♡

各回終了後、話し合う時間を設けます

活動予定：毎月第3金曜日 10:30~11:30

子育て支援下倉田 あんしん子育て教室

申込み制

仕上げ磨きはいつまで必要？

フッ素ってどうなの？

開けた塗薬っていつまで使えるの？

お口の発達と成長 お薬の疑問について

お薬飲む時お水じゃないとダメ？

日付：6月26日(木)

時間：10:00~11:30



講師：山口里恵氏（戸塚区歯科医師会会長） 丸山先生 山口先生

丸山哲子氏（戸塚区薬剤師会理事）

内容：あごの成長について・子供の歯の生え変わり
虫歯の仕組み・お薬の疑問についてなど
個別に気になることも質問できます。

対象：未就学児と保護者 ※車でのご来場はご遠慮ください

小学生の保護者も大歓迎

定員：20組程度 ※同室にプレイルーム有

持ち物：必要な方は室内履き、筆記用具等

費用：無料

カロンはなだて プラレールで遊ぼう！ 申込制



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ばせよう！電車の持ち込みも大歓迎です！

日時：5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名程度（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

子育てママ見！ リユースの会

「リユース（再利用）の会」を実施します。

詳細は「はなだてだより裏面」又はブログをごらんください。

日時：6月6日(金) 11:00~12:00

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。

子育てママ必見！ リユースの会

子育て支援下倉田



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！

日程：6月6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・室内履き（必要な方）
 申込：不要



【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

※感染症対策について※

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、ご協力よろしくお願ひいたします。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1日（木）～6月4日（水） まで（受付時間9：00～17：00）
 ～～お願ひ～～

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
				貸し館予約開始 電話受付 9:00～		
5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日
					楽今日サロン (かぎあみ等) 9:30～	
5月11日	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日
ラジオ体操の会 13:30～	遊び場しゃべり場 ほっとタイム9:30～		ハートぽっぽ 9:30～			アランチヤ 9:30～
5月18日	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日
	休館日	遊び場しゃべり場 ほっとタイム9:30～				サロンはなだて (プラレール) 9:30～
5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日
ラジオ体操の会 13:30～	遊び場しゃべり場 ほっとタイム9:30～					マシュマロ・しゃぼ ん玉 10:00～

5月の賑 みんなで作るみんなの写真展

今回は、地域のみなさんのご協力で行う「花のある一コマ写真展」です。

展示期間：5月1日(木)～5月28日(水)

展示場所：下倉田地域ケアプラザ 1階 廊下

特別版 気持ちはアウトドア 申込み制 焼きマシュマロと しゃぼん玉をやるう！



パパも一緒に！

おむすび握り体験もあるよ！

日付：5月31日（土）

時間：10:00～12:30予定

対象：小学生（小学4年生までは保護者同伴）
 未就学児と保護者

定員：30名程度

費用：無料

場所：多目的ホール・裏庭出入口付近

内容：外で炭火マシュマロ焼き等（アレルギー対応不可）
 しゃぼん玉&室内で絵本読み聞かせ等

持ち物：各自飲み物、手拭きタオル
 外履き袋、室内履き（必要な方）

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

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/>

