



はなだてだより

横浜市 下倉田地域ケアプラザ

第255号

令和7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

～介護者のつどい～

介護するあなたに知ってほしいこと

申込み制

特養ってなんだろう？

特別養護老人ホームって言葉は聞くけど…どんなところ？誰でも入れるの？申込みが必要なの？等々、施設の事がわかる講座です。

日時：6月24日（火）10:00～11:30

場所：下倉田地域ケアプラザ

講師：高齢者施設・住まいの相談センター
井上 真規栄 氏

対象：現在介護をしている方など
介護に興味関心がある方

定員：15名程度

費用：無料

持ち物：上履き



サロはなだて

申込み制

何かをしながら体操

日時：6月28日（土）10:00～11:00

講師：酒井 彩花氏（横浜市スポーツ協会）

内容：座りながら体操、何かをしながら体操

持ち物：飲み物・室内履き（スリッパ不可）

定員：先着20名

対象：どなたでも

費用：無料

動きやすい服装で

お越しください。



座り「ながら」
何かをし「ながら」
出来る体操です。
楽しく体を
動かしましょう～

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

LINE講座



日程：7月23日（水）10:00～12:00

場所：下倉田地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：主に65歳以上の方
スマートフォンをお持ちの方

※LINEアプリがスマートフォンに
入っていて使える状態の方

内容：友だち追加の仕方、スタンプの使い方、
トーク・グループトークの仕方、
通話とビデオ通話、写真の送り方など

費用：無料

持ち物：スマートフォン・室内履き

講師：パソルーム戸塚教室 柴田 和枝 氏

定員：18名（定員になり次第締め切ります）

ハートぽっぽ

申込み不要

水遊び会

日程：7月9日（水）

時間：10:00～11:00 ※プール実施時間
（ハートぽっぽ：開催時間9:30～11:30）

費用：無料

対象：未就園児（未就学児も兄弟は可）と親

定員：30名程度

持ち物：水着又は水遊び用紙オムツ（必須）、

バスタオル、帽子、飲み物、

保護者の帽子（日傘不可）

サンダルなどあれば可

場所：下倉田地域ケアプラザ
「多目的ホール」＋「裏庭」

イメージです



※雨天時や気温が高すぎる場合は室内で
フリースペースを開催。（手遊びや紙芝居などを予定）

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は適切に管理し、目的以外での使用はいたしません。

小学生対象 キッズサロン in Summer



7/24(木) カレーうどん
7/29(火) からあげ
8/5(火) 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。ご確認ください)

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：原則下倉田町在住の方 又は
小菅ヶ谷小学校 豊田小学校、倉田小学校の小学生 (25名程度)

※最初から最後まで参加できる方 ※その他小学校の小学生も受け入れ可・下記参照

費 用：1回100円 (参加費・昼食付) ※1人1～3日選んでご参加いただけます。

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 ※タブレット等電子機器不可

申 込：6月27日(金)より申し込み可 (定員になり次第締め切ります。)

※対象エリア外で参加ご希望の方は7月2日(水)～お申込みできます。



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

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・・・)	

日	月	火	水	木	金	土
6月1日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6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4月9:30～			続・続けよう尿漏れ 予防トレーニング 10:00～	リユースの会 11:00～	
6月8日	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日
ラジオ体操の会 13:30～	遊び場しゃべり場 ほっと4月9:30～		ハートぽっぽ 9:30～		案今日サロン (かざあみ等) 9:30～	
6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日
	休館日	遊び場しゃべり場 ほっと4月9:30～				アランチヤ 9:30～ 保存食の試食会 12:30～
6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日
ラジオ体操の会 13:30～	遊び場しゃべり場 ほっと4月9:30～	特養ってなんだろう？ 10:00～		お口の発達と健康 お薬の疑問 10:00～		サロンはなだて 10:00～
6月29日	6月30日					
	遊び場しゃべり場 ほっと4月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

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「題名の無い」の作品展です

展示期間：6月1日(日)～

6月25日(水)

展示場所：下倉田地域ケアプラザ

1階 廊下



6月の講座お知らせ

・「お口の発達と成長、お薬の疑問について」

日時：6月26日(木)

10：00～11：30

・「保存食試食会」

日時：6月21日(土)

10：00～11：30

詳細は、はなだてだより5月号及び、HP をご確認ください

まだまだ メンバー募集中！

下倉田ちょこっとお助け隊 設立総会が開催されました！

4月17日に設立総会が開催され、会則、代表の選任、令和7年度活動計画、令和7年度予算がそれぞれ承認されました。

これから活動を開始し、下倉田地域でボランティア活動が開始される予定です。



支援対象：下倉田町在住の高齢者世帯、障害のある方の世帯等支援が必要な方々

支援内容：庭の草取り、庭木の剪定、電球交換、家具等の移動、粗大ゴミの搬出、網戸や障子の張替え、掃除など

費用：30分400円～

※別途実費、車両使用代がかかる場合有り

【申込み・問い合わせ先】

下倉田地域ケアプラザ 担当：佐藤(さなざ)

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/



デイサービスでの園芸ボランティア募集

【活動予定】

毎月：1～2回

時間：13：15～13：45分程度

【活動内容】

2階デイサービスのお花の手入れ、植え替え、ご利用者の園芸活動サポート等

