

2023年
2月号下田地域ケアプラザ
からのお知らせ

下田メモリーカフェ

お茶とお話しを楽しみながら認知症（予防）に関する取組みをしているカフェ。

3月は、昨年に続いて登場「なつかしく、楽しく」脳トレに繋げるヨーヨープログラム！

日時：令和5年3月9日（木） 13:30～14:30
（ヨーヨーは14時頃～）

講師：ヨーヨー社労士® 飯塚 知世 氏

場所：下田地域ケアプラザ 定員：10名程度 **参加費：200円**電話：563-9081 **（要事前申込み）**

心の健康について考える講座

「地域活動支援センターについて」～リンデン-カフェ杜の活動紹介～

「地域活動支援センターリンデン-カフェ杜-はこころの病を抱える方の日中活動の場所として、地域の中で活動を続けてきました。」

今回はリンデンのなりたちや日々の活動・コロナ禍での工夫、利用者さんの声などをお伝えします。」

日程：令和5年3月30日（木） 13:00～14:00

会場：下田地域ケアプラザ 多目的ホール

登壇者：井上 麻子氏（リンデン-カフェ杜-施設長）

定員：**先着20名**（オンラインでも参加可能）

申込み：①会場参加を希望の方

電話もしくは窓口で ☎：563-9081（下田地域ケアプラザ）

②オンラインで参加希望の方

右の二次元コードからお名前・メールアドレス・電話番号を記入の上、返信ください

①、②ともに3月1日（月）10時～申込み受付開始

毎週木曜日はラジオ体操の日！

10:00～10:10 下田町四丁目公園

10:45～10:55 日吉本町駅前

予約不要・参加費無料！ 直接会場へお越しください。雨天中止。

ケアプラザのご利用について（お願い）

新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点による、以下の取り組みについてご協力をお願いいたします。

- ◎入館時に手指消毒と検温をお願いしております。
- ◎マスクの着用と上履き（スリッパ）及び靴袋をご持参ください。
- ◎発熱や咳など、体調が優れない場合には、参加をお控えください。
- ◎貸館利用開始の15分より前からのご来館はお控えください。
（ロビーや情報ラウンジでの滞留は「密閉」「密集」「密接」のリスクが高まるため）

感染症拡大防止に
ご協力ください



～定例のイベントなど～

- **子育てサロンすてっぴ**
2月10・24日（金） 10:00～11:30 先着15組
- **子育て支援者会場（港北福祉保健センター事業）**
2月7・14・21・28日（火） 10:00～11:30 先着15組
- **下田地区赤ちゃん会（港北福祉保健センター事業）**
2月3日（金） 10:00～11:00 定員15組
事前申込み制（詳しくは港北区ホームページをご確認ください）。
- **喫茶マロニエ亭** 2月1・15日（水）13:30～14:30
事前申込み制 定員20名 参加費100円
- **スクエアステップ** 2月9日（木）10:00～11:00
事前申込み制 定員10名 参加費100円
- **下田メモリーカフェ** 2月9日（木）13:30～14:30
事前申込み制 定員10名程度 参加費200円
- **おはなしもだ** 3月16日（木）14:00～15:00（事前申込み制）
- **介護者のつどい** 2月16日（木）13:30～15:30（事前申込み不要）



～新型コロナの感染状況によって内容の変更・中止の可能性がります～

横浜市下田地域ケアプラザ

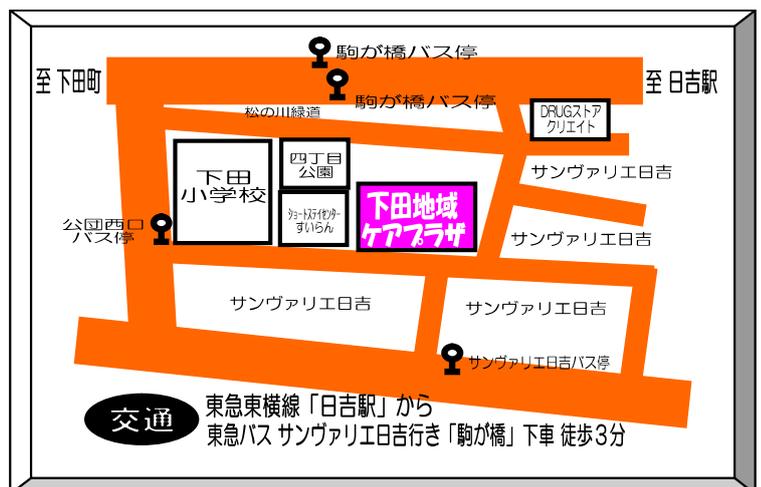
〒223-0064 港北区下田町4-1-1
TEL 045-563-9081（代表）
045-563-9082（相談）
FAX 045-563-9083

※毎月第4月曜および年末年始
（12/29～1/3）は休館日となります。

ホームページ ツイッター



下田CP



駐車スペースがありませんので、お車での来館はご遠慮下さい。