

2024年
11月号

下田地域ケアプラザ からのお知らせ

SHIMODA「きょういく・きょうようプロジェクト」(*)

※SHIMODA きょういく・きょうようプロジェクト：ケアプラザ事業やボランティア活動を「今日行く所・今日の用事」としてカレンダーに書き込み、「外に出て行くきっかけ・習慣」作りを推進するプロジェクトです。

下田地域ケアプラザまつり

ケアプラザへ行こう！2024

11月16日(土) 10:00~15:00 (雨天決行)

＜午前の部＞

山本記念病院による健康体操
(10:30-11:30)

定員：先着 20名

10月28日(月) 10時より電話もしくは直接窓口へ



他にもサークル展示会

野菜・お花・クッキー等販売

小さなお子様にはわたあめプレゼント！

ミズキーも来るよ



港北区ミズキー

＜午後の部＞

① 詩吟で健康教室 (13:00-13:45)

② ママゴスサークル「カラフルチューン」コンサート
(14:00-14:45)

※午前中イベントのみ要申込み

↑
まつりのチラシです

冬休み！これで安心 「書初め練習教室」

日時：12月28日(土)

10:00~12:00

会場：下田地域ケアプラザ

対象：小学3年生~中学3年生

定員：先着15名

参加費：無料

持ち物：お習字セット・新聞紙(朝刊一日分)

宿題の手本・半紙(10枚程度)

申込み：11月25日(月)

10時~電話もしくは窓口にて受付

電話：563-9081



終活講座

「最近のお葬式・お墓事情」

いざという時のために、
自分らしい生き方を考えませんか？

日時：12月11日(水)

13:30~15:00

講師：株式会社 公益社 1級葬祭ディレクター

会場：下田地域ケアプラザ

定員：先着30名

参加費：無料

申込み：11月18日(月)

10時~電話もしくは窓口にて受付

電話：563-9081



11月の「きょう行くところ」

日	月	火	水	木	金	土
					1 赤ちゃん会	2
3	4	5 ♡	6 マロニエ亭	7 ★	8 すてっぷ	9
10	11	12 ♡	13	14 ★ スクエアステップ メモリーカフェ	15	16 ケアプラザ祭り 10:00-15:00
17	18	19 ♡	20 マロニエ亭	21 ★ 介護者のつどい	22 すてっぷ	23
24	25 休館日	26 ♡	27	28 ★ メモリーカフェ	29	30

♡ : 子育て支援者会場 9:30~11:30

★ : ラジオ体操 10:00~下田四丁目公園
10:45~日吉本町駅前



(高齢者サロン)

- 喫茶マロニエ亭 (参200円)
13:30~14:30
- スクエアステップ (参100円)
10:00~11:30

- 下田メモリーカフェ (参200円)
13:30~14:30
※11月より月に2回の開催になります

- 介護者のつどい
13:30~15:00

- おはなしもだ
13:30~15:00
※11月は「お散歩会」

詳細は2次元コードよりご確認ください⇒



- 子育てサロンすてっぷ
10:00~11:30
- 下田地区赤ちゃん会
10:00~11:00

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)

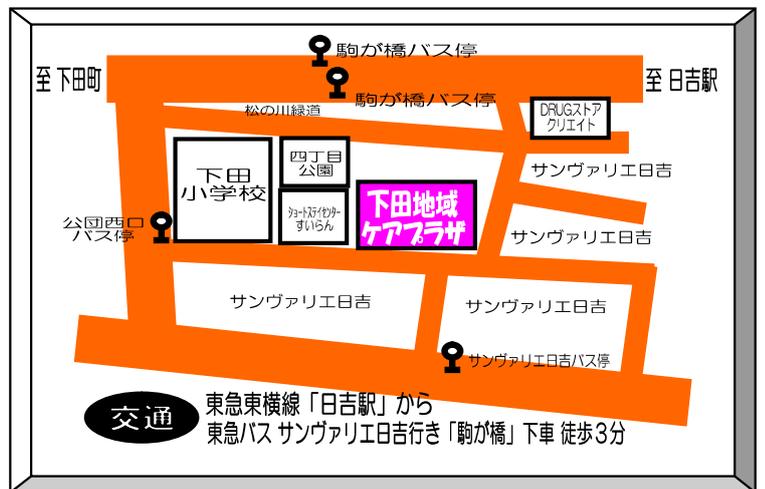
FAX 045-563-9083

※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



求人サイト



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。

ケアプラザの開館時間について 貸室の夜間利用申込みがない場合、18時閉館となります。

夜間帯利用希望される団体は利用希望の前月10日までにお申し込みください。

月~土: 9:00~18:00 (夜間利用ある場合は21:00)

日・祝: 9:00~17:00

地域包括支援センターへの相談

月~土: 9:00~18:00 日・祝: 9:00~17:00

上記時間外は相談専用コールセンターに転送されます (563-9082)

ケアプラザへの来所相談される場合は事前にご予約をお願いいたします。

※ご相談には平均1時間程度がかかります。お時間に余裕をもたせてご予約ください。

X (旧ツイッター)



Instagram

