

2026年
8月号



横浜市 下田地域ケアプラザ からのお知らせ

発行 第313号

社会福祉法人 横浜共生会

横浜市下田地域ケアプラザ

発行責任者：前田 和隆

ケアプラザ出張講座

in下田町公会堂

「エンディングノート」の書き方講座

日 時：9月29日（火）10：00～11：30

場 所：下田町公会堂（下田町 6-3-39）

※下田地域ケアプラザが会場ではありません

内 容：書き方と活用法について

港北区版「わた史ノート」
「もしも手帳」をプレゼント



講 師：下田地域ケアプラザ職員

定 員：20名（先着） 参加費：無料

持ち物：筆記用具

申込み：9月8日（火）10：00～電話・窓口



今日から実践！

～お口まわりのおとろえ予防編～

オーラルフレイルについて学び、歌って楽しく健康寿命を延ばしましょう！

日 時：9月30日（水）10：00～11：00

場 所：下田地域ケアプラザ

講 師：柳澤 伊都子氏

（音楽健康指導士・生涯音楽指導員）

土井 管理栄養士

（横浜市総合保健医療センター）

定 員：20名（先着） 参加費：無料

持ち物：水分

申込み：9月9日（水）10：00～電話・窓口



親子で サツマイモほり体験



日時：10月17日（土）10：00～12：00

（雨天時は10月24日（土）13：00～15：00に順延）

集合場所：新田地区センター

（港北区新吉田町3236）に9：45集合

作業場所：手塚農園

（新田地区センターから徒歩7分）

参加費：600円／1家族

対 象：日吉・下田エリア在住で、未就学児と
その保護者13組（きょうだいの参加OK）

※申込み多数の場合抽選

申込み：二次元コードよりお申込みください
（9月23日〆切）後日参加可否の
ご連絡を致します。

持ち物：帽子・軍手・長靴・

タオル・マスク・スコップ

（汚れてもよい服装でお越しください）

※お車の場合、近くの有料パーキングをご利用ください。



横浜子育てサポートシステム 入会説明会

ちょっと子どもを
みてくれる方も

ちょっと子どもを
みてほしい方も

地域で子どもを預け、預かり、つながりを広げる「子育てサポートシステム」会員登録で近隣の方との出会いをサポートします

●開催日時

10月1日（木）14：00～15：00

（受付13：45～ 受付）

●場所：下田地域ケアプラザ

●参加人数：15名

【持ち物】

・説明会に参加する保護者の方の本人確認書類、
筆記用具、スリッパ、靴袋

【申込み・問い合わせ】

横浜子育てサポートシステム港北区支部

☎045-547-6422

受付日時：火～土9時～17時

上記お問合せ： ☎563-9081

（裏面もご覧ください）

8月の[今日行く所・今日の用事]カレンダー

【対象】 ●どなたでも ●高齢者 ●子ども ●地域が主催

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 13:00～ 美文字サークル	4 9:30～ 子育て支援会場	5	6 10:00～ ふらっと下田 10:00～ 下田健幸教室②	7	8 9:30～ 囲碁将棋 ごしよの間
9 10:00～ サデ☆ 健康メズ 筋トレ サークル	10 13:30～ 体操サークル 月曜クラブ	11 13:00～ フラダンス サークル	12 10:00～ サークル歌の広場	13 10:00～ ふらっと下田	14 10:00～ 子育てサロン すてっぴ	15
16	17 13:00～ 美文字サークル	18 9:30～ 子育て支援会場	19	20 10:00～ ふらっと下田 10:00～ リラヨガサークル	21	22 9:30～ 囲碁将棋 ごしよの間
23 10:00～ サデ☆ 健康メズ 筋トレ サークル	24 休 館 日	25 9:30～ 子育て支援会場 13:00～ 脳トレピアノ④	26 10:00～ サークル歌の広場	27 10:00～ ふらっと下田	28 10:00～ 子育てサロン すてっぴ	29
30	31					

8月お休みのイベント 9月～ぜひご参加お待ちしております♪

- 喫茶マロニエ亭（参 200 円）お茶とお話を楽しむサロン
- 赤ちゃん会（港北区役所主催）第 1 子 0 歳児対象
- 下田メモリーカフェ（参 200 円）認知症カフェ
- 介護者のつどい（介護について情報交換をする場）
- おはなしもだ（心の病等で通院されている方やそのご家族が語らう場 生活支援センター主催）
- ラジオ体操（毎週木曜 2 か所で実施）

ケアプラザで涼しく過ごそう♪ 8月中も開催しています。

- 子育てサロンすてっぴ（申込不要）フリースペース
- ふらっと下田 気軽に参加できるボランティア活動
- 子育て支援者会場（申込不要）フリースペース
- 囲碁将棋ごしよの間（フリースペース）
- サークルメンバー募集（要問合せ）：歌の広場/ 美文字サークル/ リラヨガ/ メズ筋トレ/ 月曜クラブ/ フラダンス

下田地域ケアプラザ
デイサービス

介護
スタッフ

募集中!

詳細はコチラから



求人サイト直通

- 日曜日固定休み
- 送迎車の運転なし
- お子さんを保育園・幼稚園に送り出してからのお出勤可！（例 9:30～）

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）

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

■開館時間について 月～土 9時～18時（利用がある場合 21時） 日・祝 9時～17時

※8/24の休館日は施設点検日となり電話・窓口対応は行っておりません。

■地域包括支援センターへの相談 ※来所相談をされる場合は事前にご予約をお願い致します。

ホームページ

