

2021年
9月号

下田地域ケアプラザ からのお知らせ

親子 さつまいも掘り体験

～親子で土に触れながら、楽しくさつまいもを収穫してみませんか？～

日時：10月16日(土) 10:00～12:00

※雨天時は10月23日(土)に順延

集合場所：新田地区センター(港北区新吉田町3236)

※車でお越しの際は付近のコインパーキングをご利用ください

収穫場所：手塚農園(新田地区センターから徒歩7分)

対象：日吉・下田エリア在住で、3～5歳のお子さんとその保護者 10組

※きょうだい児の参加も可能。申込み多数の場合は抽選

申込み：9月25日(土)までに ☎563-9081

参加費：600円/1家庭 (さつまいも3株お持ち帰りできます)

持ち物：帽子・軍手・タオル・スコップ

畑での作用となります。泥だらけになっても良い服装でご参加ください。



下田コグニサイズ体験会 2021

日時：10月29日(金)

10:00～11:00

対象：先着12名

講師：茂木 潤一 氏

(公財 かながわ健康財団 健康運動指導士)

場所：下田地域ケアプラザ

動きやすい服装・上履き・水分持参

申込み：9月28日(火) 10:00～

電話：563-9081

椅子に座って健康ヨガ vol.2

日時：11月4日(木)

10:00～11:30

対象：先着12名

講師：鈴木 孝子 氏

(ヨガ・インストラクター)

場所：下田地域ケアプラザ

動きやすい服装・上履き・水分持参

申込み：10月11日(月) 10:00～

電話：563-9081

毎週木曜日はラジオ体操の日!

10:00～10:15 下田町四丁目公園

10:45～11:00 横浜市営地下鉄グリーンライン日吉本町駅

※予約不要。当日会場へお越しください。雨天時は中止となります。



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**
9月10日・24日（金） 10:00～11:30 定員先着15組

- **子育て支援者会場（港北福祉保健センター事業）**
9月7・14・21・28日（火） 9:30～11:30 定員先着15組
- **下田地区赤ちゃん会（港北福祉保健センター事業）**
9月3日（金） 10:00～11:00 定員15組
区への事前申込み制（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** 9月1日・15日（水） 13:30～14:30
事前申込み制（☎：563-9081） 定員10名 参加費100円
- **スクエアステップ** 9月9日（木） 10:00～11:00
事前申込み制（☎：563-9081） 定員10名 参加費100円
- **下田メモリーカフェ** 9月9日（木） 13:30～14:30 定員10名 参加費200円
- **介護者のつどい** 9月16日（木） 13:30～15:00
- **おはなしもだ** 9月16日（木） 14:00～15:00（事前申込み制）

～新型コロナの感染状況によって内容の変更・中止の可能性があります～

横浜市下田地域ケアプラザ

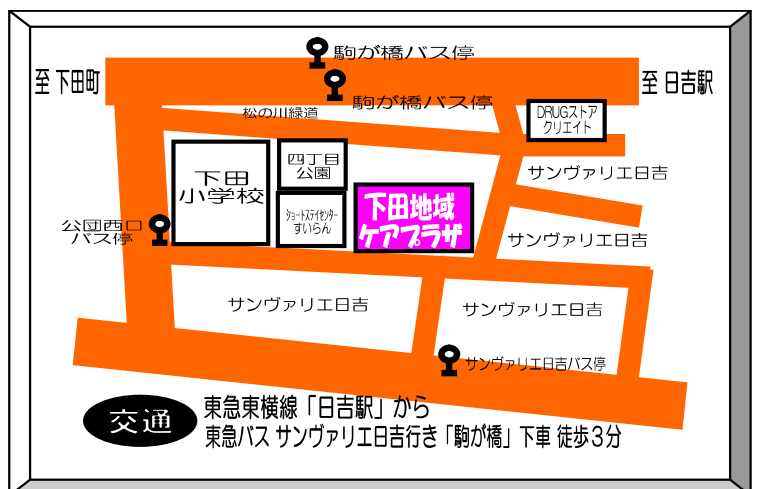
〒223-0064 港北区下田町4-1-1
TEL 045-563-9081（代表）
045-563-9082（相談）
FAX 045-563-9083

※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。