

2022年
1月号下田地域ケアプラザ
からのお知らせ

新春のご挨拶

令和4年

社会福祉法人横浜共生会
理事長 村松 紀美枝

新年にあたり、ひとことご挨拶を申し上げます。

一昨年来、二年続けて新型コロナ禍のために、多くの人が大なり小なりの影響を受け、当たり前だった日常が未だ取り戻せないままです。

今、日本ではワクチン接種も進み、沈静化しているように見えますが、新しい変異株も次々に現れており不安は尽きません。

この約2年の間に、福祉のニーズも様々に変化して、困難を抱える人が増えています。こんな時には、皆が手を取り合い共に生きることを、実践していかなければならないと感じています。

ウイルスだけでなく、地球温暖化をはじめとする、人間が生み出した影響についても、一人ひとりが考え、行動する時代でもあると感じています。

これまで、地域の皆様の幸せをプロデュースできるよう、地域福祉の牽引役として『地域と共に生き、育ちあう』という理念のもとに、地域との様々な連携や支援を行ってまいりました。

本年も地域の皆様と共に、安全で安心な地域の発展のために、微力ではありますが貢献してまいりたいと存じますので、変わらずご支援ご協力のほどお願い申し上げます。

皆様のご健勝を祈念するとともに、本年も何卒よろしくお願い申し上げます。

椅子に座って健康ヨガ vol.3

ヨガとはサンスクリット語で「つながり」を意味するそうです。心と体が繋がっている状態。心身の緊張をほぐしましょう！

日 時：3月3日(木) 10:00～11:30

定 員：過去2回の健康ヨガ講座を受講していない方 先着15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

持ち物：動きやすい服装・上履き・水分

申込み：2月14日(月) 10時～電話もしくは直接窓口へ

電 話：563-9081

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 横浜市営地下鉄グリーンライン日吉本町駅前

※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**
1月14日・28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）**
1月4・11・18・25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4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** 1月19日（水）13:30～14:30
事前申込み制（☎：563-9081） 定員20名 参加費100円
- **スクエアステップ** 1月13日（木）10:00～11:00
事前申込み制（☎：563-9081） 定員12名 参加費100円
- **下田メモリーカフェ** 2月10日（木）13:30～14:30 定員10名 参加費200円
- **介護者のつどい** 1月20日（木）13:30～15:00
- **おはなしもだ** 1月20日（木）14:00～15:00（事前申込み制）



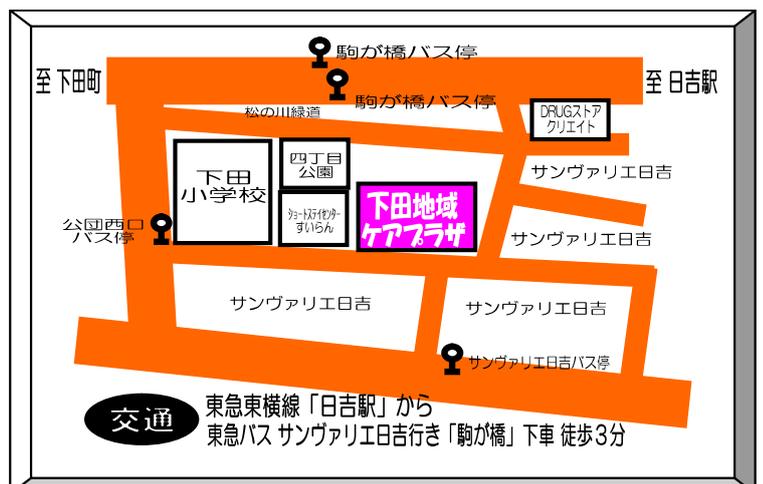
～新型コロナの感染状況によって内容の変更・中止の可能性があります～

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



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。