

2020年
11月号

下田地域ケアプラザ からのお知らせ

冬休み！これで安心

「書初め練習教室」

日時：12月26日（土）

対象：小学3年生～中学3年生

10:00～12:00

定員：先着16名

場所：下田地域ケアプラザ

持ち物：お習字セット・新聞（朝刊1日分）・

宿題（書初めのお手本）・上履き

半紙（清書用と練習用10枚）

申込み：11月30日（月）10時～

お電話もしくは直接ケアプラザへ

電話：563-9081



🔥あたまとからだを燃やせ🔥

下田コグニサイズ体験会

日時：12月23日（水）

10:00～11:00

場所：下田地域ケアプラザ

講師：茂木 潤一 氏

（公益財団法人かながわ健康財団

健康運動指導士）

持ち物：動きやすい服装・上履き

定員：先着15名

申込み：11月30日（月）10時～

お電話もしくは直接ケアプラザへ

電話：563-9081



老後のいき方講座

知って安心！高齢者の住まいの選び方

高齢者の住み替え先となる「住まい」を「住宅」と「施設」ととらえ、高齢者向けの住宅や施設の概要、選ぶ際のポイントなど、知っておくと役に立つ情報を入手しましょう！

日時：12月20日（日）13:30～15:00

場所：下田地域ケアプラザ

講師：住まい・まちづくり相談センター

定員：先着30名

持ち物：筆記用具・上履き

申込み：11月24日（火）10時～

電話もしくは直接ケアプラザへ

電話：563-9081



広報11月号に掲載されているイベントは、新型コロナウイルス感染拡大を防止する観点から、中止・変更・延期等になる場合がございます。お電話やケアプラザの公式ホームページ及びツイッター等でご確認ください。

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

11月13日・27日（金）10:00～11:30
事前申込み制（☎：563-9081） 定員12組
開催日の1週間前、10時～受付けます。 例）11月13日の予約は11月6日



■子育て支援者会場（港北福祉保健センター事業）

11月10・17・24日（火）9:30～11:30 定員12組



■下田地区赤ちゃん会（港北福祉保健センター事業）

11月6日（金）10:00～11:00 定員12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）。

■スクエアステップ 11月12日（木）10:00～11:00
事前申込み制（☎：563-9081） 定員10名

■介護者のつどい 11月19日（木）13:30～15:30（事前申込み不要）

■おはなしもだ 11月19日（木）14:00～15:00（事前申込み制）

～内容は変更される可能性があります～

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

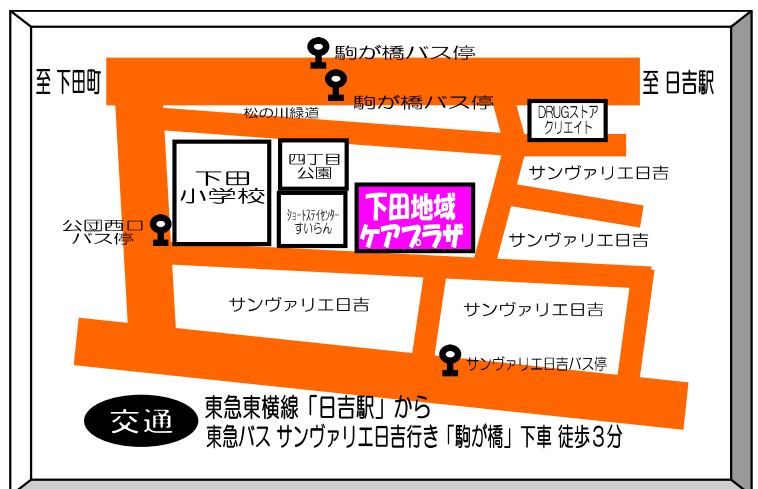
※毎月第4月曜および年末年始
（12/29～1/3）は休館日となります。

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。