



介護の不安・悩みを分かち合いませんか？

『介護者のつどい』

現在介護をしていらっしゃる方、介護を経験された方を対象に、日頃の介護の悩みや不安を、同じ悩みを持つ皆さんで分かち合いませんか？

日時：3月10日(水) 13:00~14:30

場所：日吉本町地域ケアプラザ 地域ケアルーム

対象者：介護中の方・介護経験者

申込み：2月17日(水) 10時~

定員：5名

申込み・お問合せ：566-0360 小松田

事前予約制



※マスクの着用をお願い致します。
 37度以上の発熱のある方はご遠慮ください。

※駐車スペースはありません。
 お車でのご来館は、ご遠慮ください。



育児講座開催します！リズムで遊ぼう

日時：3月17日(水) 10:00~11:00

場所：日吉本町地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：1歳~2歳のお子様と保護者 定員：親子20組程度(先着順)

参加費：無料 持ち物：特になし

申込み：3月1日(月)10時より Tel: 566-0360 担当：三橋

【共催】 南日吉保育園・横浜りとるばんぷきんず



男のセカンドライフカレッジ

4月開講！3期生募集

新型コロナウイルスの影響で「生き方」や「つながり方」を改めて意識するようになった。そんな人も少なくないのではないのでしょうか？人生100年時代を迎え、生き方やつながりを豊かにする場として「地域」や「地元」はますます重要な居場所になっていきます。

コロナ禍の今だからこそ、セカンドライフの生き方を一緒に考えてみませんか？

時間：10:00~12:30

場所：下田地域ケアプラザ(1日目)
 日吉本町地域ケアプラザ、他

対象：日吉・下田周辺にお住まいのおおむね50代から70代の男性

定員：15名程度 参加費：500円

申込み締切：3月15日(月)まで

申込み・問合せ：566-0360

主催：下田地域ケアプラザ・日吉本町地域ケアプラザ・港北区社会福祉協議会

プログラム

1日目

講演会(4/12【月】)

「改めて考える、人生を豊かにする『生き方』と『つながり方』」

講師：公益財団法人 タイヤ高齢社会研究財団
 主任研究員 澤岡 詩野氏

まちあるき(4/19【月】)

2日目

「日吉の歴史めぐり
 ~わが町再発見！日吉の魅力」

体験会Ⅰ(5/10【月】)

3日目

「体力測定とポッチャ体験
 ~あなたの体力偏差値チェック~」

体験会Ⅱ(5/17【月】)

4日目

「コーヒーをもっと楽しく
 ~プロから学ぶコーヒーの淹れ方」

ホームページをご覧ください！ <http://www.ryokuhokai.or.jp/~hiyosi/index.html>

Let's

コグニサイズ 事前予約制

～認知機能をもつめるエクササイズ

日時: **3月12日(金)** 毎月第2金曜
13:15~14:45

場所: 日吉本町地域ケアプラザ
多目的ホール

参加費: 300円

持ち物: 飲み物・タオル・マスク(活動中も着用)

※自宅にて検温・血圧を測定してから参加

定員: 20名

(応募者多数の場合、スタッフにより抽選)

申込期間: 2/15(月)~2/28(日)

3/1(月)参加・不可の決定連絡

申込先: 日吉本町地域ケアプラザ
566-0360

「みんなの交流サロン」

ほっとスペース☆ひよし

地域の方の仲間作りの場です。
ほっこり、ゆっくり楽しい時間を過ごしましょう。

日時: **3月24日(水)**
13:00~14:30
(受付12:45~)

定員: 15名(先着順)

場所: 日吉本町地域ケアプラザ

参加費: 100円

申込期間: 2/22(月)~

申込先: 日吉本町地域ケアプラザ
566-0360 小松田

※感染予防のため、マスクの着用と
事前に体温測定をお願いします。

認知症予防脳活性化プログラム

令和2年度 スリーAひよし

日時: **3月4日(木)**
13:00~14:30 (受付 12:45~)

場所: 日吉本町地域ケアプラザ
多目的ホール

会費: 100円

定員: 15名(先着順)



申込期間: 2/10(水)~

持ち物: 飲み物・ハンカチもしくはタオル
マスク(活動中も)

※感染予防のため、事前に体温測定を
お願いします。

申し込み・問合せ先

日吉本町地域ケアプラザ
566-0360

子育て支援者会場

プレイルームに来ている方とお子さんを遊ばせながら、乳幼児期の子育ての悩みなどを、一緒にお話
してできます。

☆ 2月 4日・18日・25日(木)

時間・定員などの詳細は区役所のホームページで
ご確認ください。

港北区福祉保健センターこども家庭支援課

電話: 540-2340

メールアドレス: ko-kodomokatei@city.yokohama.jp

ほんちよ

PLAY ROOM

日時: 2月14日(日) 9:30~11:30

3月14日(日) 9:30~11:30

場所: 多目的ホール 対象: ~未就学児

定員: 26名

※混雑したら、先に来られた方にお声がけさせていただきます

子育て関連予定

◆参加費無料

赤ちゃん会

対象: 第1子の8ヶ月~1歳未満の乳児とママ
内容: 手遊びうたやパネルシアターなど

☆ 2月 10日(水)

予約方法・開催時間・定員などの詳細は区役所の
ホームページでご確認ください。

港北区福祉保健センターこども家庭支援課
電話: 540-2340

メールアドレス: ko-kodomokatei@city.yokohama.jp

※駐車スペースはありません。
お車での来館は、ご遠慮ください。

