



## 男の セカンドライフカレッジ

4月開講！3期生募集

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～」

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

### お知らせ

新型コロナウイルス感染予防のため、掲載の事業の開催が変更になる場合がございます。日吉本町地域ケアプラザのお知らせ、福祉情報等は、ホームページ、Twitterにて随時、発信しております。下記の二次元コードを読み込んで、ご覧ください。

ホームページは  
こちら



Twitterは  
こちら

### 観桜会中止のお知らせ

毎年恒例の大聖院で開かれる「観桜会」は、残念ながら新型コロナ感染予防のため中止とさせていただきます。

来年こそ、満開の桜のもと、皆様にお会いできますことを楽しみにしております。

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: **4月9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: **3/15(月)~3/31(水)**

4/1(木)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: **4月28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: **3/22(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: **4月1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: **3/10(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。

☆ 3月 4日・11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](mailto:ko-kodomokatei@city.yokohama.jp)

### ほんちょ

### PLAY ROOM

日時: 3月14日(日) 9:30~11:30

4月11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

☆3月10日(水) ☆4月14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](mailto:ko-kodomokatei@city.yokohama.jp)

※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。

