



# 横浜市 下田地域ケアプラザ からのお知らせ

平成30年1月 第210号  
社会福祉法人  
横浜共生会  
横浜市  
下田地域ケアプラザ  
発行責任者：井上雅人

## 新春のご挨拶



社会福祉法人 横浜共生会  
理事長 村松 紀美枝

明けましておめでとございませう。

旧年中は格別のご厚情を賜り誠にありがとうございました。

昨年四月に、社会福祉法の改正があり、社会福祉法人が果たすべき役割や法人のガバナンスの確保などが法律化されました。

これまで当法人は『地域と共に生き、共に育ちあう』という理念の基に、地域に寄り添ってまいりましたが、この改正を受け、今後ますます地域の皆様に信頼され頼って頂ける法人として、使命を果たしてゆきたいと思っております。

昨今、国は地域包括ケアシステムを進めています。福祉施設には、福祉の専門職をはじめ様々な職種の職員集団が揃っていますが、地域の中の小さな変化は、地域の中でしか見つけられないものです。その小さな変化やニーズを顕在化させるには、地域の皆様と手を携えていく必要があります。本当の意味で地域力が問われる時代がやってきたのだと感じています。

皆様のご協力とご支援をいただきながら、本年も地域福祉の発展のため尽力し、誰もが安全で安心に暮らせる地域社会を目指していく所存ですので、何卒ご支援賜りますようお願い申し上げます。

皆様のご健勝を祈念し、本年も何卒よろしくお願い申し上げます。

# 音の波・言の葉

## 音楽と朗読のコンサート

「音と言葉のマジック！」

みんなで一緒に歌い、「音楽の力」「言葉の力」を体感しましょう。

日時：平成30年2月18日(日) 14:00~15:30

場所：下田地域ケアプラザ多目的ホール

定員：先着50名 (入場無料)

申込み：1月9日(火) 10:00より 窓口もしくはお電話にて

電話：563-9081 (地域活動交流)

# 転倒予防教室

思い立った時が始め時！みんなで筋トレ・バランス・ストレッチ！春にむけて体づくりを始めましょう。



日時：平成30年2月19日・3月5日・

3月19日（全3回・月曜日）

13：30～15：00

場所：横浜市下田地域ケアプラザ

定員：40歳以上の方どなたでも・20名

参加費：**無料**

申込み：平成30年1月15日（月）

10：00から電話もしくは窓口で

電話：045-563-9081

 認知症カフェ 

にっこにこ  カフェ

認知症カフェとは・・・

お茶やコーヒーを飲みながら認知症の方や、介護をしている方・認知症について知りたい方など、地域交流や情報交換をする場です。

日時：平成30年1月19日（金）

13：30～15：00

場所：にっこにこケア

港北区日吉本町3-33-13 笹生ビル1階（スーパー・トーセイ前）

参加費：200円

**♪ボランティア募集♪**

認知症の方と介護者の方をサポートしたい、地域づくりや地域の為に何かをしたい方など資格はありません。どなたでも参加できます。協力、賛同して下さる方（個人・団体）のお力をください。

## 喫茶マロニエ亭

シニアの皆さんがおしゃべりを楽しむ喫茶店（参加費200円）

1月17日（水）※3日はお休みです  
13：30～15：30

## スクエアステップ

頭と体を使った、新しい介護予防体操（参加費100円）

1月11日（木）  
10：00～11：30

## スリーA教室

あかるく・あたまをつかって・あきらめない認知症予防教室（参加費100円）

1月25日（木）  
13：30～15：00

## おはなしもだ

生活支援センター主催。心の病で通院されている方やその家族が想いを語らう場。区民限定。

1月18日（木）14：00～16：00 1月のテーマ「精神疾患当事者に対する家族としての関わり方」

## 介護者のつとめ

介護をされている方の「つとめの場」。悩みや大変さを共有しませんか？

1月18日（木）・2月15日（木） 13：30～15：00

子育て支援者会場→子育ての不安や悩みを相談。

1月9・16・23・30日（火）9：30～11：30

下田地区赤ちゃん会→第1子の歳児のママ（パパ）が対象。2月2日（金）10：00～11：00※1月はお休みです

すてっぷ→親子の遊び場。プレママ（パパ）もOK！ 1月12・26日（金）10：00～11：30

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。ご意見ご要望は、ケアプラザの各担当までお願いします。

横浜市下田地域ケアプラザ 港北区下田町4-1-1

TEL:045-563-9081

FAX:045-563-9083

e-mail:shimoda@y-kyousei.or.jp

HP <https://shimoda-ep.jimdo.com/>

