



2018
6月号

横浜市 下田地域ケアプラザ からのお知らせ

平成30年6月 第215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：星野 昌昭

ボランティア基礎講座

車イスの使い方・ボランティア保険について

私たちの住む町には、いろいろな理由で一人では外出できない人がいます。特別な介助技術やヘルパー資格がなくても、私たちに出来ることから始めてみませんか？

日時：**7月14日(土) 13:30~16:00**

場所：下田地域ケアプラザ 参加費：**無料** 定員：**20名**

申込み・問合せ：☎045-562-2705

(ららむーぶ港北 担当：清水)

又は下記にご記入の上FAX：045-545-5548

にお申し込みください



地域ケアプラザでの「貸館利用」について

下田地域ケアプラザの2階は、福祉・保健等に関わる諸活動やボランティア団体などの活動の拠点として。また、地域のグループやサークルの交流の場として、下記の施設を無料（一部有料）でお部屋をご利用いただけます。

貸出対象の部屋

多目的ホール(60名)・調理室・ボランティアルーム(16名)
地域ケアルーム(10名)

貸出時間区分

午前(9時~12時) 午後1(12時~15時)
午後2(15時~18時) 夜間(18時~21時)

※日曜祝祭日は9時~17時(夜間の貸館はありません)



多目的ホール



調理室

休館日 第4月曜日(施設点検日)及び年末年始(12月29日~1月3日)

問合せ：☎ 045-563-9081 (地域交流担当：井上)

「聞こえ」の講座



「聞こえ」の低下は自覚しにくく、難聴になると認知症のリスクも高まります。講座を通し「聞こえ」について考えてみませんか？

日時：7月19日(木) 10:00~12:00

会場：下田地域ケアプラザ 定員：20名 費用：無料

申込み：6月25日(月) 10:00より 電話または窓口にて
☎045-563-9081

協力：株式会社パナソニック

※補聴器の体験もあります(販売会ではありません)



介護者のつどい

介護をされている方の「つどいの場」。疑問や大変さを共有しませんか？

6月21日(木)・7月19日(木) 13:30~15:00

おはなしもだ

港北区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。

7月19日(木) 14:00~16:00



喫茶マロニエ亭

月に2回ケアプラザで美味しいお茶とお菓子を食べながら楽しいひと時を過ごしてみませんか？(参加費200円)

6月6日(水)・6月20日(水)・7月4日(水)・7月18日(水) 13:30~15:30

認知症カフェ 下田メモリーカフェ

お茶やコーヒーを飲みながら認知症の方や、介護をしている方が地域交流や情報交換をする場。ボランティアさんも募集中！

6月14日(木)・7月12日(木) 13:30~15:00 (参加費200円)

スリ - A 教室

「あかるく・あたまをつかって・あきらめない」の頭文字「A」を3つ集めたキーワードで行う認知症予防教室

6月28日(木)・7月26日(木) 13:30~15:00 (参加費100円)



スクエアステップ

転倒予防・認知機能向上に新しい介護予防体操！頭と体を使ってエクササイズしませんか？

6月14日(木)・7月12日(木) 10:00~11:30 (参加費100円)



子育て支援者会場

子育ての不安や悩みを相談。

6月5・12・19・26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。

6月1日(金)・7月6日(金) 10:00~11:00



すてっぷ→親子の遊び場。プレママ(パパ)もOK!

6月8・22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/>

