

横浜市

2019年
9月号

下田地域ケアプラザ からのお知らせ

発行 第230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

横浜労災病院 × 下田地域ケアプラザ

「ストレスとの上手な付き合い方」

日時: **10月17日(木)**
13:30~15:00

場所: 下田地域ケアプラザ

定員: 先着**30名**



講師: **山本 晴義 氏**

(横浜労災病院 勤労者メンタルヘルス
センター長)

参加費: 無 料

申込み: 9月24日(火) 10時~
電話か窓口にて

☎563-9081

男の3Gプロジェクト × よってこ × ケアプラザ

男の料理教室

(女性も大歓迎!)

日時: **10月20日(日)**
10:00~13:00

(教室10時~12時 ランチ12時~13時)

内容: 「**肉の調理(豚肉編)**」

講師: **大村 光洋 氏**

場所: 下田地域ケアプラザ

定員: **15名程度**

※今回調理実習はございません。

費用: **1,500円**

※教室後の昼食会は**別途500円/人**

申込み: 9月26日(木) 10時
~10月10日(木) 電話か窓口にて

☎563-9081

新吉田地域ケアプラザ・横浜らいず・花みずき
第24回
共生まつり
きょうせい
令和1年10月6日(日) 10:00~14:00 (雨天決行)
コンサート・イベント・模擬店・抽選会
主催/社会福祉法人 横浜共生会
お問い合わせ TEL.045-592-2151(新吉田地域ケアプラザ)
<http://www.y-kyousei.or.jp/>

模擬店

こども広場
(ポッチャ大会)

無料健康
チェック

家族会バザー

被災地支援
(物産販売)

盲導犬デモン
ストレーショ

大抽選会

巡回送迎バスのご案内

下田地域ケアプラザ	9:20	10:20	11:20
コンフォール南日吉5号棟集会室前	9:30	10:30	11:30
地下鉄 高田駅前 ロータリー	9:40	10:40	11:40

季節のお茶とおやつを楽しむ会

～サツマイモのお菓子とほうじ茶を作ろう～

日時：10月30日(水)
13:30～15:30
場所：下田地域ケアプラザ
講師：白井 敦子 氏 (園芸療法士)
参加費：無料
申込み：10月3日(木) 10時～
電話もしくは直接プラザまで
563-9081



サークル会員募集!

「ライラック」

健康維持を目的とした歌の団体です。
明るく楽しく和やかに歌っています。

活動日時：第1・3土曜日
9:30～12:00

会費：1,300円/月

連絡先：阿部 實子 (代表)
562-2803



定例のイベント

喫茶マロニエ亭

お茶とお話しを楽しむサロン
9月4日・18日(水)
13:30～15:30 参加費200円

下田メモリーカフェ

認知症に関係なく楽しい居場所。
9月12日(木)
13:30～15:00 参加費200円

スクエアステップ

転倒予防・認知機能向上エクサ!
9月12日(木)
10:00～11:30 参加費100円

すてっぷ☆

親子の遊び場! プレママもOK!
9月13日・27日(金)
10:00～11:30



介護者のつとめ

介護をされている方同士、悩みや
工夫を共有しましょう!
9月19日(木)
13:30～15:00

おはなしもだ

心の病等で通院されている方や
そのご家族が語らう場。
9月19日(木) 14:00～16:00
主催：港北区生活支援センター

子育て支援者会場

子育ての不安や悩みを相談。
9月3・10・17・24(火)
9:30～11:30
主催：港北福祉保健センター

下田地区赤ちゃん会

第1子の0歳児のママ(パパ)向け。
9月6日(金)
10:00～11:00
主催：港北福祉保健センター

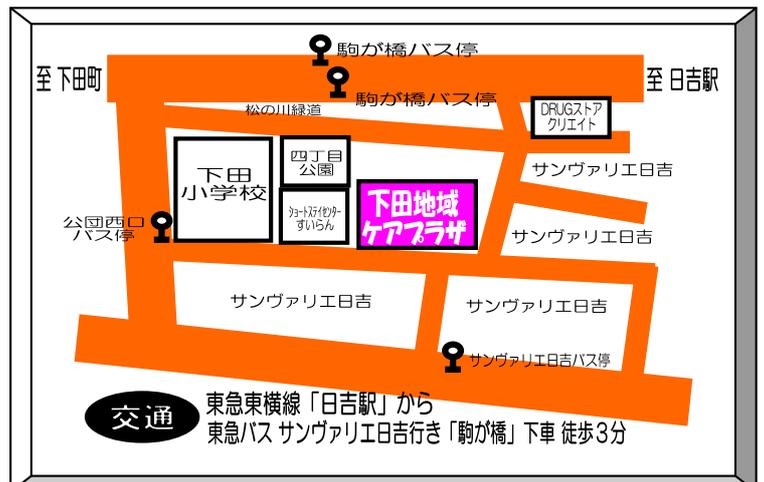
横浜市下田地域ケアプラザ

〒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 <https://shimoda-cp.jimdo.com/>

下田CP



交通

東急東横線「日吉駅」から
東急バス サンヴァリエ日吉行き「駒が橋」下車 徒歩3分

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。