



はなだてだより

横浜市下倉田地域ケアプラザ

第243号

令和6年6月号



発行元
横浜市下倉田地域ケアプラザ

発行責任者
所長 西隈 肇

初心者のための

申込み制

囲碁講座



囲碁とは
判断力を高める・ストレス解消・認知症予防など、
さまざまな良い効果が期待されます。
夢中になれることみつけませんか？

日 程：7月4日(木)
時 間：9:30~11:45
費 用：無料
対 象：初めて囲碁をやりたい方
定 員：15名
持 物：室内履き
講 師：栄区囲碁普及会のみなさん
場 所：下倉田地域ケアプラザ 多目的ホール



申込み制 フラワーアレンジメント

日 程：6月22日(土)
時 間：9:30~11:00
場 所：下倉田地域ケアプラザ
対 象：どなたでも
費 用：1人1000円
持 物：園芸はさみ・ハンドタオル
ビニール袋1枚(濡れた物入れる)
作品を入れる袋1枚 室内履き
内 容：フラワーアレンジメント
講 師：槇田知子氏(フラワーショップまきた)
定 員：20名(定員になり次第締め切らせていただきます)
下倉田地区社会福祉協議会 下倉田地域ケアプラザ 共催事業



イメージです

申込み制 水遊び会

日 程：7月13日(土)
時 間：10:00~11:30(受付9:30)
費 用：無料
対 象：未就園児(未就学児も兄弟は可)と親
定 員：35名程度
持 物：水着又は水遊び用紙オムツ(必須)、
バスタオル、帽子、飲み物、
保護者の帽子(日傘不可)
サンダルなどあれば可
場 所：下倉田地域ケアプラザ
「多目的ホール」+「裏庭」



イメージです

※雨天時、気温が低い場合は室内でフリースペースとして開催。(手遊びや紙芝居などを予定)

申込み制 スマホ超入門講座

~スマートフォンを使って便利に楽しく!~

日 程：7月19日(金) 10:00~12:00
場 所：下倉田地域ケアプラザ 多目的ホール
対 象：スマートフォンをお持ちの方
主に65歳以上の方
内 容：スマホの基礎知識、電話のかけ方、
カメラの使い方など
費 用：無料
持 物：スマートフォン、上履き
講 師：パソコンルーム戸塚教室 柴田 和枝氏
定 員：15名
※定員になり次第締め切らせていただきます
※スマホ超入門講座に参加したことが無い方優先



キッズサロン 予告

夏休み小学生の居場所を開催します
ちょこっと勉強、昼食と楽しい遊びですごしませんか？

日 程：7月31日(水) 8月8日(木) 8月22日(木)
対 象：近隣の小学生 各20名
内 容：詳細は、はなだてだより7月号に載せます。
申込み：7月2日(火)~先着順

体調不良の方は、ご利用をご遠慮いただくなど引き続きの感染症対策にご協力をお願いいたします。
館内利用時には上履きのご持参にご協力をお願いいたします。

各事業のお申し込みは・・・

下倉田地域ケアプラザ 電話番号：045-866-2020

講座のお申込み時に頂く個人情報は適切に管理し、目的以外での使用はいたしません。



今がチャンス!

自分の身体 知っていますか? ~セルフチェックの方法と対策~

日時:

7月9日(火)

10:00~11:30

講師: 健康支援センターTMGFit 健康運動指導士
健康運動実践指導者 尾形 唯花 氏

対象: 65歳以上の方 20名程度

場所: 幸ヶ丘自治会館

持物: 上履き 飲み物 タオル

申込制・無料



おくすりシート リサイクルプログラム

下倉田地域ケアプラザは
資源循環の為におくすり
シートの回収に協力して
います



室内履き持参のお願い

サークル活動等でケアプラザお部屋を
ご利用の際は「室内履きのご持参」に
ご協力お願いいたします。

6月の展示

みんなで作るみんなの写真展

今回は、地域のみなさんのご協力で行う
「どうぶつがいるーコマ写真展」です。
展示期間: 6月1日(土)~6月27日(木)
展示場所: 下倉田地域ケアプラザ 1階 廊下

サークル紹介

なかよし豊田のつどい

障害がある20歳前後
の方が自主的に集まり
ボランティアさんによる
協力で楽しく活動して
いる余暇サークルです。



活動日: 基本毎月第1土曜日
13:00~15:30(2部構成)

場所: 下倉田ケアプラザ

内容: ★ボランティア講師の協力で
ウクレレ練習
★参加者とボランティアによる
卓上ゲームの会

体験・見学希望の方は

ケアプラザにお問合せください

日	月	火	水	木	金	土
6月30日						6月1日
						貸し館予約開始 電話受付 9:00~
6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	6月8日
	遊び場しゃべり場 ほっと9:30~				リユースの会 11:00~	
6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日	6月15日
ラジオ体操の会 13:30~	遊び場しゃべり場 ほっと9:30~		ハートぽっぽ 9:30~		楽今日サロン 9:30~ (かぎあみ・麻雀)	アランチヤ 9:30~
6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日
	休館日	遊び場しゃべり場 ほっと9:30~				サロンはなだて (フラワーアレンジ) 9:30~
6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日
ラジオ体操の会 13:30~	遊び場しゃべり場 ほっと9:30~					

毎月のカレンダーについて

緑の字→ 直接来館 OK

黒い字→ 事前申し込み制

横浜市下倉田地域ケアプラザ

〒244-0815

横浜市戸塚区下倉田町1951-8

TEL 045-866-2020(代表)

TEL 045-866-2063(相談専用)

FAX 045-860-0200

E-mail: shimo-tiiki@hirakukaicp.or.jp

U R L: http://www.hirakukaicp.or.jp/



- 戸塚駅東口②番乗場から「見晴橋」行き
バス停「下倉田花立」下車徒歩5分
- ※ 車でのご来所はご遠慮ください