

2023年
8月号

下田地域ケアプラザ からのお知らせ

終活講座③

「任意後見人と身元保証人の 違いについて」

日時：9月7日(木)

10:00~11:30

場所：下田地域ケアプラザ

講師：田中 弘毅 氏



(田中司法書士事務所 代表)

定員：先着30名

申込み：8月14日(月)

10時~電話もしくは窓口へ

終活講座④

「エンディングノート 書き方教室」

日時：9月15日(金)

10:00~11:30

場所：下田地域ケアプラザ

講師：吉田 由美 氏



(株式会社じゅうしん シニア事業部)

定員：先着20名

申込み：8月21日(月)

10時~電話もしくは窓口へ

港北区生活支援コーディネーター連絡会主催

ボランティア活動を始めてみたい方向け講座

「知る活からやる活へ」

日時：9月29日(金)

14:00~16:00

場所：港北区福祉保健活動拠点 (大豆戸町 13-1)

内容：どのようなボランティア活動が必要なのか、
ボランティア活動で自身に得られることについて

親子 さつまいも掘り体験

日時：10月14日(土)

10:00~12:00

集合場所：新田地区センター

(新吉田町 3236)

収穫場所：手塚農園

申込み：電話もしくは2次元コードより

9月25日(月) 〆切



定員：日吉・下田エリアにお住まいの

未就学児と保護者15組

応募多数の場合、抽選となります。

参加費：600円/1家庭

持ち物：帽子・軍手・長靴・タオル・スコップ

泥だらけになってもよい服装

(共通) 講座申込みケアプラザ電話番号

☎563-9081

いすに座って健康ヨガ

心身の緊張をほぐし、夏の疲れを癒しましょう

日時：9月28日(木)

10:00~11:00

場所：下田地域ケアプラザ

講師：鈴木 孝子 氏 (ヨガインストラクター)

定員：先着18名

申込み：9月11日(月)

10時~電話もしくは窓口へ

定員：30名 (応募多数の場合抽選)

申込み：港北区社会福祉協議会 (9/20 〆切)

電話 (547-2324) か2次元コードより



8月の定例イベント

喫茶マロニエ亭

お茶とお話しを楽しむサロン
8月2日(水)
13:30~14:30 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。
8月はお休み
13:30~14:30 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!
8月はお休み
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!
8月11・25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!
8月はお休み
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。
8月はお休み
主催: 港北区生活支援センター

毎週木曜日はラジオ体操の日

※予約不要。直接会場へお越しください。
雨天時は中止となります。
(10分程度)
①下田町4丁目公園 10:00~
②日吉本町駅前 10:45~

子育て支援者会場

子育ての不安や悩みを相談。
8月1・8・22・29日(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。
8月はお休み
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。

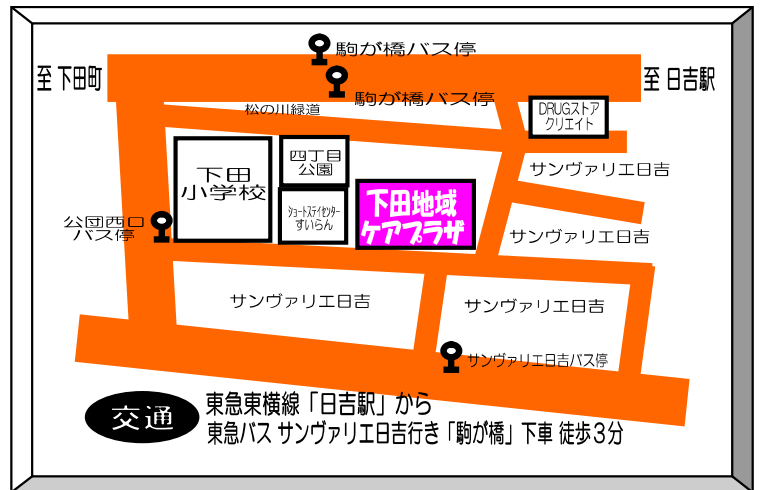
ホームページ



ツイッター



求人サイト



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。

ケアプラザの開館時間について

令和5年4月より、貸室の夜間利用申込みがない場合、18時閉館となります。

なお、夜間利用希望される団体は利用希望の前月10日までにお申し込みください。

月~土: 9:00~18:00 (夜間利用ある場合は21:00)
日・祝: 9:00~17:00

地域包括支援センターへの相談

月~土: 9:00~18:00 日・祝: 9:00~17:00

上記時間外は相談専用コールセンターに転送されます(563-9082)。

ケアプラザへの来所相談される場合は事前にご予約をお願いいたします。