

2025年
6月号

横浜市 下田地域ケアプラザ からのお知らせ

発行 第299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：前田 和隆

知って安心!

認知症 おせっかい講座

あなたの「おせっかい」が誰かの安心につながる！
認知症について共に学び、共に支え合う地域を目指し
ましょう！（認知症サポーター養成講座です）

日 時：7月5日（土）10:00-11:30

場 所：下田地域ケアプラザ

定 員：20名（先着）

持ち物：筆記用具・水分 参加費：無料

申込み：6月2日（月）10時～

電話もしくは窓口にて受付

講 師：おしゃべり九官鳥

（下田町周辺で活動している認知症キャラバンメイト）

認知症の理解と家族の心がまえ ～山根越夫先生に学ぶ体験談～

医師で認知症の妻を介護した山根越夫先生による講演会を開催します。

体験談を通して家族の支え方や理解を学び、共に歩むヒントを得ましょう！

日 時：7月14日（月）10:00-11:30

場 所：下田地域ケアプラザ

講 師：山根越夫氏

（葛が谷つばさクリニック 医師）

定 員：30名（先着）

申込み：6月30日（月）

10時～電話もしくは窓口にて受付

持ち物：筆記用具・水分 参加費：無料

将来を見据えたお金の学び NISA入門講座

未来を拓く第一歩！

下田郵便局の協力のもと、小学生（高学年）から大人まで、みんなが参加できるこの講座で賢い資産形成のヒントを手に入れよう！

※小学生が参加される場合、保護者の同伴が必要です

日 時：7月31日（木）10:00-11:30

場 所：下田地域ケアプラザ

定 員：30名（先着）

申込み：7月9日（水）

10時～電話もしくは窓口にて受付

持ち物：筆記用具・水分 参加費：無料

好評につき第2弾♪ 初めての方を優先します

シルバーリトミック

転倒予防・誤嚥予防のためにシルバーリトミック
（歌・筋肉運動・脳トレなどの健康音楽）を楽しみながら体験してみませんか？

日 時：7月30日（水）

10:00～11:30

場 所：下田地域ケアプラザ

講 師：河田 晶子 氏

（リトミック研究センター認定講師）

定 員：20名（申込み多数の場合抽選）

参加費：無 料

申込み：7/7（月）10時～7/21（月）まで

電話もしくは窓口にて受付

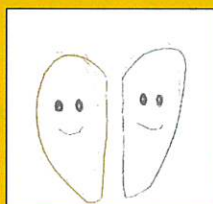
持ち物：動きやすい服装・水分・上履き

NEWS!

下田地域ケアプラザのイメージキャラクターを作成することになりました！

下田ケアプラザは2025年8月で
25周年を迎えます。

下田小学校の生徒さんに協力してもらった
作品を4点まで選出しました。次号にて
決定作品を発表します♪



上記お問合せ： ☎563-9081

（裏面もご覧ください）

6月の【今日行く所・今日の用事】カレンダー

【対象】 ●どなたでも ●高齢者 ●子ども ●地域が主催

日	月	火	水	木	金	土
1	2 10:00～ シルバー体操 13:00～ 美文字サークル	3 9:30～ 子育て支援会場	4 13:30～ 喫茶 マロニエ亭	5 10:00～ リラックスヨガ② 10:00～ ふらっと下田	6 10:00～ 赤ちゃん会	7
8 10:00～ メンズシニアの ゆっくり筋トレ	9	10 9:30～ 子育て支援会場	11 10:00～ 歌の広場	12 10:00～ ふらっと下田 10:00～ ぱびる脳トレ 13:30～ メモリーカフェ	13 10:00～ 子育てサロン すてっぴ	14 9:30～ 囲碁将棋 ごしょの間
15	16 10:00～ シルバー体操 13:00～ 美文字サークル	17 9:30～ 子育て支援会場	18 13:30～ 喫茶 マロニエ亭	19 10:00～ ふらっと下田 10:00～ リラックスヨガ③ 13:30～ 月一健幸教室 13:30～ 介護者のつどい	20	21
22	23 休 館 日	24 9:30～ 子育て支援会場	25 10:00～ 歌の広場	26 10:00～ ふらっと下田 10:30～ ぱびる脳トレ 13:30～ メモリーカフェ	27 10:00～ 子育てサロン すてっぴ	28 9:30～ 囲碁将棋 ごしょの間
29	30 10:00～ 高齢者施設の 選び方	 【メモリーカフェ ～ミニコーナーのお知らせ～】 ● 6/12 (木) みんなで歌おう♪ ● 6/26 (木) おしゃべりの日				

- 喫茶マロニエ亭 (参 200 円) お茶とお話しを楽しむサロン
- ふらっと下田(毎木) 気軽に参加できるボランティア活動
- 下田メモリーカフェ (参 200 円) 認知症カフェ
- 介護者のつどい 介護している方の語らいの場
- ラジオ体操(毎木) 10:00～下田四丁目公園 / 10:45～日吉本町駅前
- (サークルメンバー募集) シルバー体操 歌の広場 美文字サークル
- 子育てサロンすてっぴ (申込不要) フリースペース
- 赤ちゃん会 (申込不要) 第1子0歳児対象
- 子育て支援者会場 (申込不要) フリースペース
- おはなしもだ (7/17は14時～下田地域ケアプラザ)

お問合せ563-9081

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) / 045-563-9083 (相談)

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

■ 開館時間について 月～土9時～18時 (利用がある場合21時)
日・祝9時～17時

18時～21時のお部屋利用を希望される団体は前月10日までに申込みください。

■ 地域包括支援センターへの相談

※来所相談をされる場合は事前にご予約をお願い致します。

ホームページ



X (旧ツイッター)



求人サイト



Instagram

