

ケアプラ通信

令和5年 6・7月号
NO.127号
社会福祉法人 同慶会
横浜市下永谷地域ケアプラザ
港南区下永谷 3-33-5
☎ 045-826-2640
FAX 045-826-2641
発行責任者 鈴木 方智

ちょこっと紹介



下永谷地域ケアプラザ デイサービス

工作レクリエーションで、去年は「行燈」を作られていました。今年は「カゴ」を製作予定。

7月は「七夕週間」があり、イベントも盛りだくさんです。



こちらは運動レクリエーションの1コマ。特大ジエンガを皆さんで楽しんでいらっしやいました。

詳しい内容は、担当の今（こん）までお問合せ下さい。

まちかどプラザ 作品展

Vol.5

2023 7/4(火)～13(木)
10:00～16:00
*10日は休館日

ケアプラザで活動されている
団体の皆様による作品展です

●ご来場の際のお願い●

- ・密を避ける為、会場内は定員を設けています。順番にお入りください。
- ・上履きをご持参ください。
- ・駐車場のご利用はできません。

6・7月 横浜市下永谷地域ケアプラザカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	6月					
				1 1 くねるあそ部 10:00～11:30 子育てひろば 10:00～11:30 大人の卓球サロン 15:00～17:30	2 ろまんカフェ 10:00～12:00	3 囲碁将棋サロン 13:00～16:00
4	5	6 卓球サロン 15:00～17:30	7 キッズスペース 15:00～16:30	8 子育てひろば 10:00～11:30 大人の卓球サロン 15:00～17:30	9	10
11 プラレールのへや 9:30～11:00	12 休館日	13 卓球サロン 15:00～17:30	14 キッズスペース 15:00～16:30	15 1 くねるあそ部 10:00～11:30 子育てひろば 10:00～11:30 大人の卓球サロン 15:00～17:30	16	17 囲碁将棋サロン 13:00～16:00
18	19 歌声広場 13:30～15:00	20 卓球サロン 15:00～17:30	21 キッズスペース 15:00～16:30	22 ポケットパーク 10:30～11:30 子育てひろば 10:00～11:30 大人の卓球サロン 15:00～17:30	23	24
25 プラレールのへや 9:30～11:00	26 1 しもかふえ (しもながカフェ) 10:00～11:30	27 卓球サロン 15:00～17:30	28 赤ちゃん教室 10:00～11:30 キッズスペース 15:00～16:30	29 子育てひろば 10:00～11:30 大人の卓球サロン 15:00～17:30	30	7月 1 囲碁将棋サロン 13:00～16:00
2	3	4 卓球サロン 15:00～17:30	5 キッズスペース 15:00～16:30	6 1 くねるあそ部 10:00～11:30 子育てひろば 10:00～11:30 大人の卓球サロン 15:00～17:30	7 ろまんカフェ 10:00～12:00	8
9 プラレールのへや 9:30～11:00	10 休館日	11 介護者のつどい 13:30～15:00 卓球サロン 15:00～17:30	12 キッズスペース 15:00～16:30	13 子育てひろば 10:00～11:30 大人の卓球サロン 15:00～17:30	14	15 囲碁将棋サロン 13:00～16:00
16	17	18 卓球サロン 15:00～17:30	19 キッズスペース 15:00～16:30	20 1 くねるあそ部 10:00～11:30 子育てひろば 10:00～11:30 大人の卓球サロン 15:00～17:30	21	22
23	24	25 卓球サロン 15:00～17:30	26 赤ちゃん教室 10:00～11:30	27 子育てひろば 10:00～11:30 大人の卓球サロン 15:00～17:30	28	29
30	31	夏休み毎日キッズスペース 7/21～8/27 15:00～16:30		夏休み毎日キッズスペース		
		31 しもかふえ (しもながカフェ) 10:00～11:30		ひまわりホルダー お誕生日が更新月です。 登録の内容に変更がない場合も 下永谷地域ケアプラザまで ご連絡をお願いします。		
		※ 「歌声広場」「ポケットパーク」は事前登録・定員制の事業です。		「そよかぜ南の家」パン販売 毎月 第1月 11:30頃 第4水		
		※ 下永谷地域ケアプラザの番号 ☎ 826-2640 のかけ間違いが増えています。番号をお確かめの上、おかけ下さい。		2023年度版 更新しました S!monagaya しもながやグループ(活動)ガイド		
				下永谷地域ケアプラザを利用している団体やケアプラザの事業を紹介する冊子です。冊子が必要な方は下永谷地域ケアプラザまで		

夏休み特集

第1弾!

先着
12名

ほれいざい
保冷剤を
つくろう!

7/27(木) 10:30~11:30

対象	小学生 ※小3以下保護者同伴
参加費	300円
持ち物	上ばき 飲み物 タオル

【協力：絆塾♡下永谷】

勉強やあそびに!
毎日
キッズスペース
7/21(金)~8/27(日)
15:00~16:30

対象 0歳~小学校6年生
※未就学児は保護者同伴
持ち物 上ばき、水分補給用の飲み物
※おやつ、おもちゃの持ち込み不可
※使ったおもちゃの片付け、消毒にご協力ください。

毎回先着
12名
申込不要

パタパタ
アルバムを
つくろう!

8/3(木) 10:00~11:30

先着
12名

対象	小・中学生 ※小3以下保護者同伴
参加費	500円(1セット)
持ち物	上ばき 飲み物 写真3~4枚

【協力：クリメモ】

参加申し込み
は、7/11(火)
10時より受付

申込
方法

- ①電話 (826-2640) ②窓口
- ③FAX (826-2641)
「希望する講座名」・名前・学年・電話番号をご記入の上、送信してください。
- ④メール 右の二次元バーコードを読み取り、必要事項を入力の上、送信してください。



(申込用)



(ケアプラザ地図)

2023年 Go!Go!健康講座

西港南台自治会館

日程:6/26(月)、29(木)、7/4(火)

中永谷町内会館

日程:7/6(木)、11(火)、25(火)

両会場共通

時間:10時~11時30分

3日間それぞれ別内容の講座です。

順不同ですが、①運動指導 ②食事について
③お口の健康 となります。

参加費:無料 定員:15名(概ね60歳以上)

持ち物:動きやすい服装 上履き 飲み物
タオル

問合せ、申し込みは、地域包括支援センターまで

まちの給水所

Town water station

熱中症にならないように
いつでも寄れる休憩所
いつでも だれでも どなたでも

実施期間

6/1(木)~8/31(木)
月~金 10:00~15:00

お気軽にどうぞ!



~出前講座のご案内~

地域包括支援センターでは、みなさんの健康づくりや終活等の支援のために、地域の集まりや勉強会に出向いて「出前講座」を開催しています。

出前講座の内容(例)

- ・介護保険について
- ・認知症の理解
(認知症サポーター養成講座)
- ・消費者被害を防ぐには
- ・港南区版エンディングノートの書き方
- ・老人ホームについて
- ・介護予防講座
(フレイルチェック・体操など)

*上記以外の内容も相談できます。
まずはお気軽にお問合せ下さい。

協力医による 医療相談

湘寿クリニック院長
木村剛爾 先生

下永谷地域ケアプラザでは、協力医による医療相談を開催しています。対面だけでなく、遠隔・オンライン(来所にてZOOM使用)による相談ができます!

ご本人だけでなく、ご家族の方も身体に関する悩みや病気に関する心配事など、お気軽にご相談いただけます。

ご予約が必要なので、まずはお電話にてご連絡ください。

— 医療相談開催日 —

毎月 第3金曜日 15時より

場所:下永谷地域ケアプラザ

*都合により日程変更になる場合があります。
ご承知おき下さい。

