

地域活動交流



出張!!

親と子のフリー広場

消防署にいこう!

9/21 木

10:00~11:30

集合場所 下瀬谷地域ケアプラザ

対象 未就学児の親子

定員 先着15組

申込み 8月7日(月)10:00より
右記のいずれか方法にて

消防署見学は30分程度を予定しています。
その他はケアプラザで室内遊びをします。

■申込み方法■

いずれかの方法にてお申込みください

①電話(304-1291)

②来館

③メール

二次元コードを読み取り必要事項
を入力の上送信



生活支援コーディネーター

下瀬谷地域ケアプラザ 3rd Place Shimoseya

シニアのための

スマホサロン

<2023年8月・9月予定>



★8月3日(木)10:00~11:30
★8月25日(金)15:00~16:30
★9月5日(火)15:00~16:30
★9月20日(水)15:00~16:30

ご都合の良い日程のみご参加いただけます!

★会場 下瀬谷地域ケアプラザ

★定員 各回6名程度

★持物 スマートフォン、筆記用具

※飲み物は各自でご用意ください(自動販売機あり)

★申込 電話またはメールで各回前日まで

♪サロン形式で気軽に質問できます♪

★お申込み・お問合せ★

横浜市下瀬谷地域ケアプラザ(横浜市瀬谷区下瀬谷2-44-6)

電話 045-304-1291 担当:かねこ

メール shimoseya-seikatsu@shofuku-doujinkai.or.jp



シニアのためのスマホサロン
始まります☆



7月27日より「かながわPay」第3弾
もスタート☆

スマホ利用時の注意点などもおさえな
がら、無理なく少しずつ必要な操作方
法を身につけましょう♪

2023年7月1日 発行
社会福祉法人 同慶会
横浜市下瀬谷地域ケアプラザ
瀬谷区下瀬谷2-44-6
TEL 045(304)1291
FAX 045(304)1259
発行責任者 仲戸川 賢治

下瀬谷 ケアプラザだより

通所介護(デイサービス)

デイサービス

ボランティア

募集中

ドライヤー
かけ

話し相手

デイサービスご利用者さまの入浴後の
ドライヤーかけ、介護や福祉に興味がある
学生さん、ボランティアに興味がある方、
丁寧にお教えします!



活動時間 10時30分から12時前後まで

活動曜日 土曜日・日曜日・祝日含む毎日

申し込み 11:00~14:30の間にまずはお電話下さい!

対象者 高校生以上

持ち物 エプロン1枚

お好きな日にちで大丈夫です!
(1日だけでも)

連絡先... 045-304-1291 デイサービス担当まで

横浜ひなたやま支援学校の
生徒によるパン販売

ひなたやま ベーカリー



9/14 木 10/31 火

◎ 11:30~12:00

場所: 下瀬谷地域ケアプラザ

公式SNSで日々の取り組みなどを
発信しています!

Instagram



SHIMOSEYA_CPLZ

LINE
公式アカウント



YouTube



お気軽にご相談ください
お問い合わせ・お申込み・ご相談
横浜市下瀬谷地域ケアプラザ

TEL: 045-304-1291 毎月第1月曜日は休館日です
FAX: 045-304-1259 (デイサービスは除く)

地域包括支援センター

介護力アップ講座

権利擁護事業

第1弾

横浜市下瀬谷地域ケアプラザ 【令和5年度】
ココロの座談会

普段感じている気持ちを
お話してみませんか？

瀬谷メンタルクリニック 心理カウンセラー 遠藤 亜希子氏も参加します

定員：10名
参加費無料

【日時】 令和5年9月19日(火)
13:30~14:30

【会場】 下瀬谷地域ケアプラザ
多目的ホール

【対象】 どなたでも参加可能

心理カウンセラーの先生を交えてお話をすることで
自分を見つめ気持ちを整理しませんか？

参加の際には、以下①~③を守っていただくをお願いします。

- ①人の話をよく聞く
- ②批判、こうであるべき、これが正しいなど決めつけない、意見しない
- ③座談会で話した内容や聞いたことは秘密厳守とします

お申し込み・お問い合わせ
横浜市下瀬谷地域ケアプラザ
TEL 045-304-1291 担当 地域包括支援センター
登川・石田・蔦谷

心理カウンセラーの先生を交えて
普段感じている気持ちを
お話してみませんか？

介護者のつどい

9/19 火
13:30~14:30

下瀬谷地域ケアプラザ
多目的ホール

参加費 無料

対象 どなたでも

第2弾

認知症座談会

気軽に参加できる座談会です！
(事前申込制)

認知症について同じ悩みを抱える方同士で話し合いをしてみませんか？
ご家族等が認知症でお悩みの方は多いのではないのでしょうか？
今回、下瀬谷地域ケアプラザの施設協力医の瀧川先生にご協力いただき、医師への質問
や参加者同士で普段聞けない内容等お話ししてみたいかがでしょうか。
気軽に参加ください。

日時 ▶▶ 令和5年10月16日(月) 13:00~14:30
会場 ▶▶ 下瀬谷地域ケアプラザ 多目的ホール
協力医 ▶▶ 戸塚内科小児科医院 瀧川 修 医師
対象者 ▶▶ 認知症の対応等で悩んでいる方
参加人数 ▶▶ 15名まで(事前にお申し込みください)

注意事項 ①人の話をよく聞き、決めつけや批判などをしないようにしましょう
②座談会で聞いた個人情報については秘密厳守とします

*瀧川先生は13:30~14:30の参加となります

横浜市下瀬谷地域ケアプラザ
申し込み・問い合わせ ☎045-304-1291
(石田・登川・蔦谷まで)

第3弾

令和5年度介護力アップ講座
介護保険サービス
特別養護老人ホーム
介護老人保健施設について

日時：令和5年11月20日(月)
13:30~15:00
場所：下瀬谷地域ケアプラザ 多目的
室

講師 (協力機関) ... ★特別養護老人ホーム
スプリングガーデン瀬谷
★介護老人保健施設
宮沢の里はなもも苑

施設の職員さんが、お話す内容！
・施設サービスってどんなところ？
・申し込み方法・入所するには？
・費用はどれくらいかかるの？

好評シリーズ「介護保険サービス」是非ご参加ください
ご予約・お問い合わせ(担当：石田・登川・蔦谷)
横浜市下瀬谷地域ケアプラザ TEL: 045-304-1291

8月

横浜市下瀬谷地域ケアプラザ 【令和5年度権利擁護事業】
瀬谷区版 エンディングノート使用
エンディングノート
書き方講座

※既に、瀬谷区版エンディングノートをお持ちの方も
この機会に持参して読み返してみませんか？

あなただけのエンディングノートを作しましょう！

【日時】 >> 8月18日(金) 13:30~14:30
【会場】 >> 下瀬谷地域ケアプラザ 多目的ホール
【費用】 >> 無料(瀬谷区版エンディングノート等は当日差し上げます)
【講師】 >> 下瀬谷地域ケアプラザ 地域包括支援センター
社会福祉士 登川 綾乃

事前申し込み制です！！
お気軽にお問い合わせください

お問い合わせ
下瀬谷地域ケアプラザ
TEL:045(304)1291 担当:登川

エンディングノートを書き始めるのに早すぎることはありません。
自分や家族のために自分の想いを伝えるツールとして活用していきましょう★

目次

1. はじめに
2. 目次
3. わたしのこと
4. 介護が必要になったとき
5. 医療終末期について
6. 葬儀・お墓もついて
7. わたしの大切なもの
8. メッセージ 等

10月

悪質商法について

10月31日(火)
13:30~14:30
場所：下瀬谷地域ケアプラザ
講師：横浜市消費生活総合
センター 永野氏

いざという時のため
備えましょう！！

11月

11月11日(土)
相続・遺言関係の講座
を実施予定です

※詳細が決まり次第ケアプラザや
区役所4階にてチラシを配布します