



地域活動交流



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**

3 / 7 金 11:30~12:00
場所：下瀬谷地域ケアプラザ

手作りできたての
美味しいパンです！

親子の **フリー広場**

毎月 第2・第4 金 10:00~12:00

1月	10日	獅子舞がくるよ
	24日	節分あそび
2月	14日	通常開催
	28日	ひな祭り製作
3月	14日	通常開催
	28日	手形あそび

プログラムは都合により変更になる事があります。ご了承下さい

「にこてらす」から「横浜子育てパートナー」が来ます。
(相談できます) ※10:30~11:30

よこはまシニアボランティアポイント 登録研修会

「よこはまシニアボランティアポイント」ってなあに？

所定の研修会に参加すると、登録した方にポイントカードが発行されます。
ポイントの対象施設でボランティア活動を行なうとポイントがたまり、1,000ポイント以上たまると、年1回換金又は寄附する事が出来ます。
(1日200ポイント、年間8,000ポイントまで。
1ポイント=1円)



健康ほうし君

よこはまシニアボランティアポイントカード



2 / 19 水
14:00~16:00

持ち物

介護保険被保険者証 登録時に必要です。必ずご持参ください。
筆記用具・資料を入れるバック等

対象 **65歳**以上の市内在住の方

申込み 窓口又は 電話 (304-1291) にて

会場 下瀬谷地域ケアプラザ

2/5までにお申込みください。

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)

2025年1月1日 発行
社会福祉法人 同塵会
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



新年明けましておめでとうございます。昨年中はケアプラザの福祉・保健活動に皆様のご理解・ご協力を頂き、厚く御礼申し上げます。

地域の皆様におかれましては、お祭りをはじめ様々な行事や集いの場が以前のように盛大に行われ、人々の交流機会が増え、笑顔が戻ってきたそんな1年だったのではないかと思います。

今年も皆様が住み慣れた地域で、安全に安心して生き生きと生活できるよう、ケアプラザとしましても微力ながら職員一同精一杯頑張っていりますので、どうぞよろしくお願い致します。

所長 仲戸川 賢治

令和7年度

参加者募集

日時 令和7年4月~令和8年3月

毎月 第1金曜日 ※5月・1月はお休み

【1部】13:15~14:15 (受付13:00~)

【2部】14:45~15:45 (受付14:30~)

場所 下瀬谷地域ケアプラザ

対象 概ね60歳以上

定員 各回40名

持ち物 室内履き・マスク・飲み物

参加費 100円

お申し込み方法

申込用紙に必要事項をご記入の上、**2月28日(金) 17:00まで**に、下瀬谷地域ケアプラザにお持ち下さい。

♪ 申込用紙は、下瀬谷地域ケアプラザ・さくら小コミスク・南瀬谷小コミスクにあります。

♪ 1部・2部は選べません。

♪ 応募者多数の場合は、抽選になります。

♪ 当選された方には、**3月10日(月) 17:00まで**にお電話でご連絡いたします。

うたの宝箱♪

地域包括支援センター

横浜市下瀬谷地域ケアプラザ 【令和6年度権利擁護事業】

終活セミナー 参加無料

私の死後、私の財産どうなるの？

相続と遺言

～相続・遺言の基本を学ぶ講座～

講師 行政書士 高橋 亮太氏

内容 亡くなった後にしていくこと
相続財産を考えよう
相続人を考えよう
法定相続人
遺産分割協議とは など

お気軽にご参加ください♪

日時 1月30日 木
13:00～14:30

場所 下瀬谷地域ケアプラザ
多目的ホール

定員 20名程度
※要申込み



お申込み・お問合せ

横浜市下瀬谷地域ケアプラザ 電話：045-304-1291（担当：登川）

※駐車スペースが限られているため、公共機関又は近隣のコインパーキング等をご利用ください。

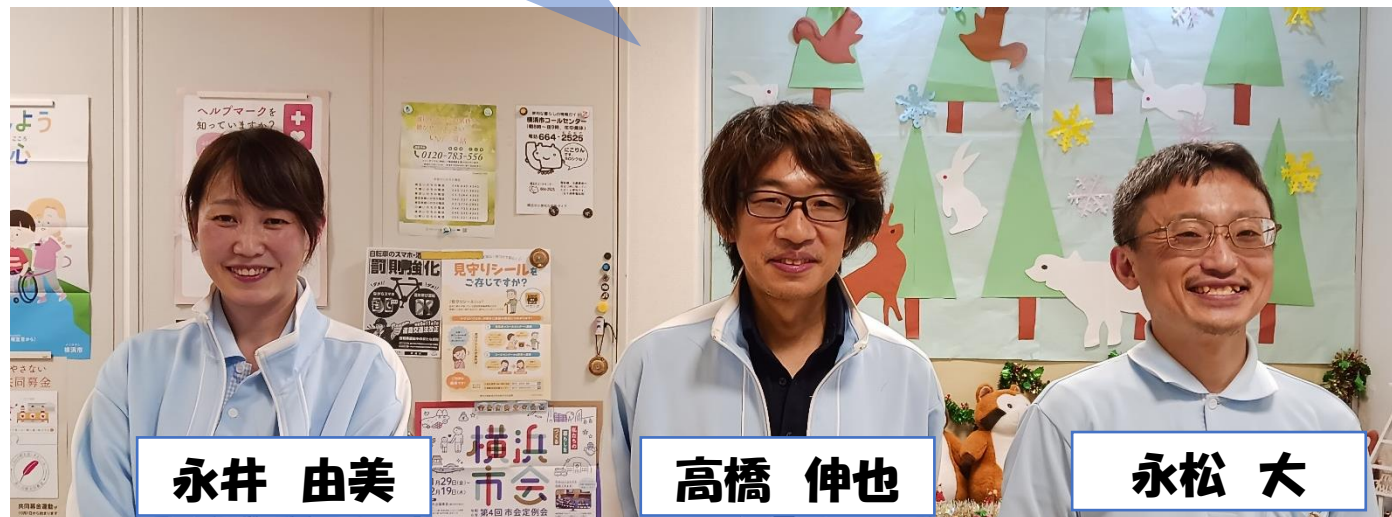
通所介護（デイサービス）

みなさまの笑顔や元気をもっと
もっと見れるように…
今年も精いっぱい頑張ります！



菊 實千代

長谷川 博



永井 由美

高橋 伸也

永松 大

生活支援コーディネーター



グリーンボランティアさんと

生活支援コーディネーターの
金子です。今年もよろしく
お願いします！

今年度は包括・地域活動交流と
連携し、認知症になっても
安心して自分らしく暮らせる
地域づくりを目指した取り組みも
進めています。（チームオレンジ）



第1回カフェアラニ
開催しました！



カフェアラニのボランティアさんたち



ボランティアさんが淹れる美味しいコーヒーを飲みながら、
包括職員によるミニ講座も実施しました。

次回「Café ALANI（カフェアラニ）」は
2月25日（火）13:30～15:30を予定しています♪
内容は、

「シニア向けゲームスポーツ体験講座」
ゲームスポーツで脳の活性化・認知機能の維持
を目指しましょう！

詳細お問い合わせください（担当：かねこ）