

共催
下瀬谷地域
ケアプラザ
児童家庭支援センター
ういず

勉強お助け隊 カレー&かき氷 工作タイム

「ひとりだと宿題が進まない」
「誰かと一緒にごはんを食べたい」
「夏休みの工作が思いつかない」
そんな小中学生のための時間です。
勉強もちょっと、ごはんはしっかり、
気軽に遊びに来てください。

8月15日(金) 10:30~15:30
※受付開始 10:15~

対象 ■小学生・中学生
内容 ■① 宿題・勉強サポート (スタッフが見守り)
② お昼ごはん (カレーとかき氷)
③ 工作
詳細は7/1(火)以降、ケアプラザホームページからご確認ください▶▶▶▶▶

会場 ■下瀬谷ケアプラザ [瀬谷区下瀬谷2-44-6]
参加費 ■無料 定員 ■30名 (先着順)

申し込みはこちら↑から
受付期間:7/7(月)~27(金)

問い合わせ先: 児童家庭支援センターういず ☎489-9090 (平日 9:00~18:00)

2025年7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

参加費
無料

楽しく知ろう

認知症

8月30日(土) 14:00~16:00

観てわかる!
「認知症ってなあに？」
動画で理解を深めよう!
小学生にも分かりやすい内容です♪

遊んでわかる!
笑って認知症予防😊
みんなで楽しく、体や頭を使った
ゲームにチャレンジしてみよう♪

一緒に参加してね!

お父さん お母さん おじいちゃん おばあちゃん

会場 下瀬谷地域
ケアプラザ

申込方法
①~③のいずれかの方法でお申し込みください。
①電話 (304-1291) ※①②受付時間 9:30~16:30まで
②窓口
③メール ※24時間送信可
右の二次元コードを読み取り、
必要事項を入力の上、お申込みください。

定員 15組 (先着)

●問合せ● 横浜市下瀬谷地域ケアプラザ ☎045-304-1291

下瀬谷地域ケアプラザ協力事業

カフェ アラニ
CAFE ALANI
「ALANI(アラニ)」とはハワイ語でオレンジを意味します

「カフェ・アラニ」は認知症予防に興味がある方、
最近物忘れが気になる方、認知症の方やそのご家族、
地域にお住まいの方など、どなたでも気軽に集える場です。

9/19(金) 13:30~15:00
(13:00受付開始)

☆参加費 200円
(コーヒー・ハーブティーお代わり自由)

☆会場 下瀬谷地域ケアプラザ

ウクレレ演奏
「ウクレレ友遊会」

ボランティアさんが
淹れる美味しい
ハンドドリップコーヒーと
ハーブティー

個別のご相談には別室で
職員が対応します

みんなで一緒に!
☆フラ体操
☆歌
☆トーンチャイム

お問い合わせ・申込
横浜市下瀬谷地域ケアプラザ
電話 045-304-1291
担当:金子
主催 下瀬谷カフェ・アラニ

ボランティアグループ
「下瀬谷カフェ・アラニ」の
メンバーが中心となり運営して
いる、認知症の方も安心して
参加できるカフェです。

ケアプラザで
ボランティアさんが
育てているハーブを
使ったお茶も
あります☆

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

横浜市下瀬谷地域ケアプラザ 【令和7年度 介護者のつどい】

「お薬の飲み方・管理について」

～普段飲んでいるお薬の飲み方や効果を再確認してみませんか？～

ジェネリックに変えてもいいのかな？
どんな効果があるの？
副作用が心配？
飲み忘れない工夫は？
飲み続けたいいけないの？

不安

＊ 瀬谷区薬剤師会の方による講座です ＊

【日時】▶▶▶ 令和7年8月31日(日)
10:00～12:00

【会場】▶▶▶ 下瀬谷地域ケアプラザ
多目的ホール

【講師】▶▶▶ 瀬谷区薬剤師会
井上 恵子 氏

【対象】▶▶▶ どなたでも参加可能

定員:30名
参加費無料

普段飲んでいるお薬について、なかなか先生に聞けないことはありませんか？
また、今の飲み方であっているのかな？と不安になることはありませんか？
日頃疑問に思っていることを気軽に聞いてみませんか？

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
石田・葛谷・室川・鈴木

令和7年度 介護者のつどい

講座のお知らせ

「お薬の飲み方・管理について」
～普段飲んでいるお薬の飲み方や効果を再確認してみませんか？～

- *ジェネリックに変えても大丈夫？
- *副作用が心配・・・
- *今のお薬は飲み続けたいいけないの？
- *飲み忘れない工夫は？
- *どんな効果があるの？
- ・・・など、日頃気になっているお薬の事を薬剤師の先生に聞いてみませんか？

令和7年7月11日(金)より申し込み受付開始

- *事前申し込み制(定員30名)となっています。
- *駐車スペースが限られているため、公共交通機関や近隣のコインパーキングなどをご利用ください。

地域活動交流

出張!! 親と子のフリー広場

消防署に行こう!

9/4 木 10:00～11:30

集合場所: 下瀬谷地域ケアプラザ
対象: 乳幼児と保護者
定員: 先着15組
申込み: 7月10日(木)10:00より
右記のいずれか方法にて

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

☆消防車・救急車が出動している場合は、車両の見学が出来ない場合もございます。ご了承ください。

■申し込み方法■
いずれかの方法にてお申込みください

①電話(304-1291) ※0@受付時間 9:30～16:30まで

②来館

③メール ※24時間送信可
二次元コードを読み取り必要事項を入力の上送信



通所介護(デイサービス)

デイサービス ボランティア募集

デイサービスでボランティア活動してみませんか？ 介護・福祉に興味がある方、介護の仕事を目指している方など、1日からでも活動大歓迎です！

入浴後のドライヤーかけ

10時半～12時頃

昼食の配膳と下膳

12時15分～13時15分頃

活動曜日 土曜日・日曜日・祝日含む何曜日でも

くわしくはデイサービス担当までご連絡下さい
電話番号: 045-304-1291 (8:30～17:15)

生活支援コーディネーター

下瀬谷地域ケアプラザ ながらボランティア企画

サードプレイス下瀬谷

レコード鑑賞会

フォークミュージック編

2025.8.29(金)
13:30-15:00

☆会場: 下瀬谷地域ケアプラザ(瀬谷区下瀬谷2-44-6)
☆定員: 20名程度
☆申込: 前日までに電話またはメールにて
☆参加費: 200円(ハンドドリップコーヒー代として)
☆内容: なごり雪、神田川、精霊流し、学生街の喫茶店など

ボランティアさんが淹れる美味しいハンドドリップコーヒーを飲みながら、国内外のフォークソングに耳を傾けタイムスリップ

協力: 下瀬谷カフェ・プラザ

【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 (担当かねこ)
メール shimoseya-seikatsu@shafuku-doujinkai.or.jp

フォークミュージック鑑賞会!!

ケアプラザで活動しているレコードボランティアさんによる企画です♪

当日フォークソング弾き語りしたい方もお気軽にお問合せください。
担当: かねこ

※お越しの際は公共交通機関をご利用ください。