

おどいば新聞

ケアプラザ 3月号

発行 横浜市踊場地域ケアプラザ
住所 横浜市泉区中田東1-4-6
電話 801-2920
FAX 801-2923

地域包括支援センターからのお知らせ



踊場地域包括支援センターは、中田・しらゆり地区の相談窓口で、介護保険の相談や、健康長寿を目的とした事業などを行っています。今回はウォーキングの事業を2つ用意しました。ぜひご参加下さい。

春の遠足

春を感じながらウォーキングをしましょう。



日 程：平成25年4月19日（金） 10:00～12:30
集 合：地下鉄下飯田駅
目的地：ウイトリッヒの森（戸塚区原宿近く）

定 員：30名 受付開始 3月12日（火）より

ノルディックウォーキング講座

2本のストックを使って歩きます。歩行運動を助け、運動効果を上げるノルディックウォーキングを基礎から学びましょう！！

日 程：5月8日、15日、22日（各回水曜日 3回で1コース）
時 間：13:20～14:50
場 所：踊場地域ケアプラザ3階 多目的ホール
定 員：20名

対 象：おおむね65歳以上 受付開始 3月20日（水）より



※受付開始日が異なりますので、ご注意ください

お問い合わせ、お申し込みは **801-2922**まで

中田・白百合地域情報サイト

踊場地域ケアプラザでは、「中田・白百合地域情報サイト」を運営しています。このサイトは、踊場地域ケアプラザの情報だけでなく、地域の様々な、活動やイベントを紹介します。また、情報は少ないですが、これからどんどん充実させていく予定です。ぜひご活用ください。また、地域で活動する団体はどんどん掲載したいと考えています、掲載希望の団体様はご一報ください。



こんなホームページです

- ・ 中田・白百合地域で行われる様々なイベントを紹介します。
- ・ 地域で活躍する団体について調べることができます。
- ・ 「中田かわら版」「おどりば新聞」のバックナンバーをダウンロードできます。
- ・ 踊場ケアプラザの施設利用状況を確認できます。

<http://www.odoriba-cp.jp> まで今すぐアクセス!!

もしくは yahoo や google で「中田白百合」と入力して検索



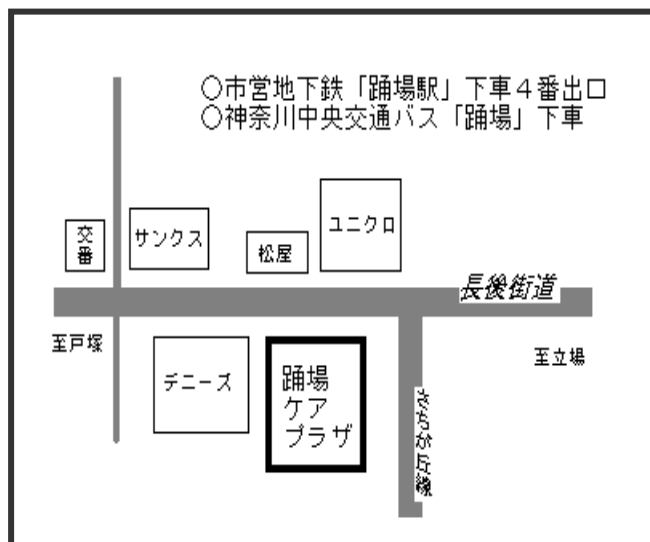
介護者懇談会

協力：アイリス泉

毎月第1水曜日、ご家族の介護をしている方のお茶飲み会を開催しています。申し込みや参加費も必要ありませんので、お気軽にお立ち寄りください。

3月6日(水)10:30~12:00 話し合い

4月3日(水)10:30~12:00 お花見



踊場地域ケアプラザでは毎月第1月曜日が清掃日となります。3階各部屋の利用ならびに予約はできません。デイサービスと相談事業は通常通り営業しております。

ご意見・お問合せは

電話 801-2920 (代表)

801-2922 (地域包括)

801-2114 (地域交流)

FAX 801-2923

Eメール odoriba-cp@mpd.biglobe.ne.jp

担当 生田(いくた)までお願いします

“あらゆる人の尊厳を守り、常に人が人として、文化的生活を営めるよう、その自立に向けた支援に努める”
踊場地域ケアプラザは(福)神奈川県匡済会が運営しています。http://www.kyosaikai.jp/ ブログもあります