

おどいば新聞

ケアプラザ 11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

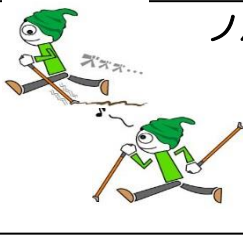


みんなで 楽しく介護予防

包括支援センターからの講座開催のお知らせ



歌ってたいてリフレッシュ!! ~音楽療法~
日にち:平成25年11月30日(土)
時間:10:00~11:30 募集人数:30名
場所:踊場地域ケアプラザ 3階多目的ホール



ノルディックウォーキング初心者講習会

日にち:平成25年11月25日(月)
時間:14:00~15:30 募集人数:30名
場所:泉スポーツセンター 体育館

みんなで元気に ノルディックウォーキング!

日にち:平成25年12月13日(金)
時間:13:30~15:30
場所:ウォーキングコースは、お楽しみ
募集人員:30名



申し込み・問い合わせ→ 踊場地域ケアプラザ 801-2922

泉区地域包括支援センター「若コツ連続集中講座」のご案内

生活の中で五感を活かそう~五感療法~
日にち:平成25年12月5日(木)
時間:13:30~15:30
場所:いずみ中央地域ケアプラザ 1階多目的ホール



申し込み・問い合わせ→いずみ中央地域ケアプラザ 村上 805-1700

~こんなボランティアもあるんです~



何か新しいことを始めてみたいと思っているあなた、思い切ってボランティア活動をはじめませんか。今回ご紹介するのは、はさみの会です。

詳しくは、801-2114担当葛西(かさい)までお気軽にご連絡ください。

はさみの会

私たちは地域で庭の管理が困難になった高齢者のサポートをするボランティアグループです。プロの庭師のような専門技術はありませんが、草取りや、わざわざ植木屋に頼むほどではないような細かいこと、ちょっとしたことのお手伝いをしています。

- 活動内容…庭木の剪定・草取りなど。
- 活動範囲…中田・しらゆり地区とその周辺
- 対象のご家庭…一人暮らしもしくは高齢者世帯で庭の管理にお困りの方。
- ボランティア経験不問（草取りだけでも大丈夫です。剪定講習会への参加も可能です）



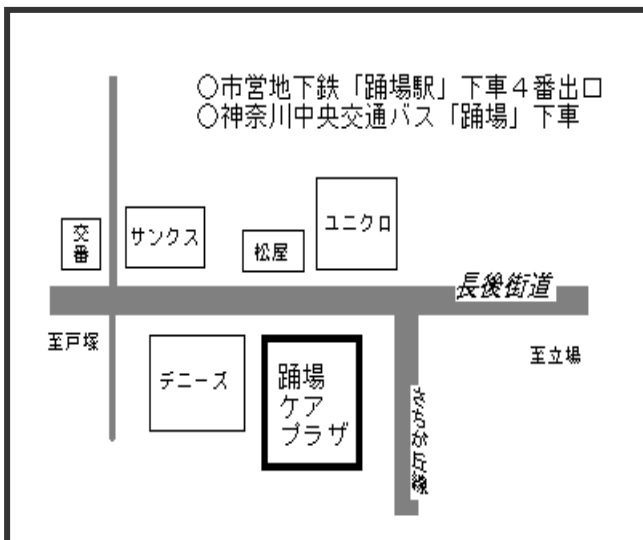
介護者懇談会

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。

11月6日(水)10:30~12:00 話し合い

12月4日(水)10:30~12:00 忘年会



中田白百合の地域活動やプラザの最新情報は「中田白百合地域情報サイト」

<http://www.odoriba-cp.jp/>

にアクセス

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 kasai@odoriba-cp.jp

担当 葛西(かさい)までお願いします