

おどいば新聞 2月号

ケアプラザ

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

泉区地域包括支援センター合同介護予防事業「若コツ!講座 第2弾」



ウォーキングが好きな仲間と一緒に、泉区の名所を歩きましょう!



3月2日(木)

10:00~12:30

◎集合場所：いずみ中央駅 駅前広場
(いずみ野駅 解散)

◎対象：概ね65歳以上 30名程度

◎参加費：無料

◎持ち物：タオル、飲み物

コースに坂道があります。動きやすい服装でご参加ください。

(運動着、運動靴、リュックなど両手が使える鞆)

※ ノルディックポール可



☆☆コース☆☆

いずみ中央駅→神田神社→本興寺
いずみ野駅(中略)

★お申込み・お問い合わせ★

いずみ中央地域ケアプラザ

805-1700

受付開始：2月1日から

申し込み締め切り：2月28日

そうだったのか！！

小林先生との座談会

テーマは…

健康寿命を延ばし、ピンピンコロリ！！

小林内科クリニック 院長 小林英雄先生（踊場地域ケアプラザ協力医）と、健康のことや疑問に思っていることを気軽にお話ししませんか！！

**（日 時）平成29年3月15日（水）
13:30～14:30**

（場 所）踊場地域ケアプラザ 3階 多目的ホール

（対 象）地域の住民の方どなたでも

（参加費）無料

（定 員）15名 申込み必要あり

（申込み）2月15日（水）9:00～

（問合わせ先）踊場地域ケアプラザ 地域包括支援センター

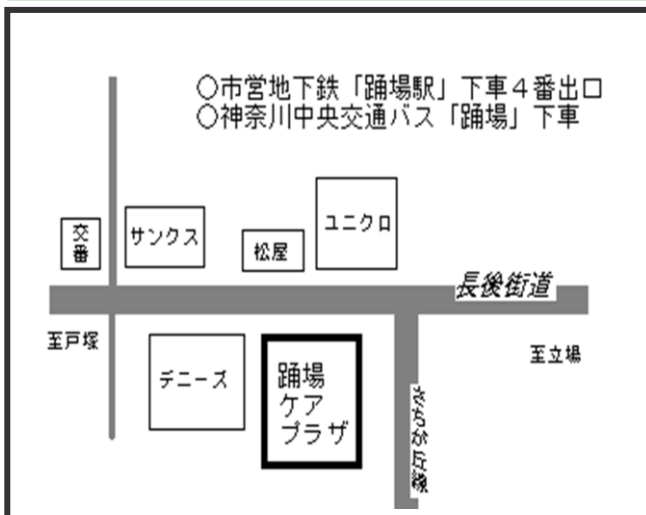
電話:045-801-2922



介護者懇談会

毎月第1水曜日、ご家族の介護をしている方たちの集まりを行っています。申し込みや参加費も必要ありませんので、お気軽にお立ちより下さい。

3月1日（水）、4月5日（水）お花見 時間 10:30～12:00



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 kasai@odoriba-cp.jp

担当 葛西(かさい)までお願いします