

おどいば新聞

ケアプラザ



6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

地域の体操教室紹介

ふきのとう のびのび



参加者
募集

いつまでも動けるカラダでいるために地域で体操はじめませんか？
始めれば元気になれる楽しい体操教室です！

開催日時

毎月第2・第4火曜日開催

ふきのとう 13:00-14:10

のびのび 14:20-15:30

頑張っ
て！
1.2.1.2!

続けてい
ると
元気が
なれ
ます

講師 瀧 京子先生（横浜市体育協会地域指導者）

会費 1回 500円 体験無料！

場所 中村町内会館（中田北2-12-9 中田寺前）

持ち物 フェイスタオル・飲み物・バスタオル又はヨガマット

参加ご希望の方は、

開催日時に直接会場までお越しください！

※8月第2火曜日はお休みになります。

7月の

脳力輝てる教室は

★参加者★
募集中

7月10日・7月24日

第2・4木曜日 10:00～11:30



1回目はアートを楽しむプログラム
2回目は身体を動かすプログラムです

お申し込みは 801-2922

種蒔きから始める蕎麦作り 女性も活躍中！！



初回「そば講座」7月23日(水)10:00～11:30

会場：宮の台自治会館 講師：いずみ中田の蕎麦打ち会

【以降の予定】：8月種まき～11月収穫まで畑作業を行い、12月「そば打ち」まで
8月以降の予定は7/23にお渡しいたします。

▶ 畑作業：午前8:30～1時間程度 畑：国際親善病院近く

定員：先着6名 参加費：1,000円 持ち物(7月23日)：筆記用具

申込み：6月22日(日)10時～ ☎801-2114 (踊場地域ケアプラザ)



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 shima@odoriba-cp.jp

担当 嶋(しま)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