

おどいば新聞



ケアプラザ

7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

踊場地域ケアプラザ 秋の介護予防事業♪

9/8
(木)

10:00~11:30
8/10~申し込み

のうKNOWチェック &
音楽で脳トレ

■ 脳健康度をチェックして音楽で
■ 脳を活性化する講座です

■ 会場：しらゆり集会所

■ 先着25名・参加無料

9/29
(木)

13:30~15:00
9/5~申し込み

初心者向け
ノルディックウォーキング講座

■ 初心者向けのノルディックウォーキングの講座
■ ポールの持ち方から指導します

■ 会場：踊場地域ケアプラザ

■ 先着15名・参加無料

お申し込み・お問い合わせは

踊場地域ケアプラザ
TEL 801-2922



親子野菜作り体験塾



秋冬野菜、約 10 種の種まきから収穫まで親子で挑戦！

- 【対象者】 中田・しらゆり地区在住の小学生もしくは幼児の親子20組
原則として、各回に参加できる方。(出席できない回をご相談下さい)
- 【場 所】 泉区中田町(中田中央公園近く) * 駐車場はありません。
※神奈中バス 泉郵便局前・三ツ俣・中西・西が岡一丁目各バス停から徒歩約15分。
- 【日 程】 令和4年8月~12月の全7回
(予定) ①8月21日(日) ②9月4日(日) ③9月18日(日) ④10月9日(日)
⑤11月13日(日) ⑥11月20日(日) ⑦12月11日(土)
* 各回とも午前中の2時間程度(8:30~10:30)
* 天候や作物の生育状況によって日程が変更になる場合もあります。
- 【参加費】 一組につき3,500円(野菜の代金、体験料金、保険等)
- 【作る物】 大根、白菜、ホウレン草、水菜、ジャガイモ、ブロッコリーほか
- 【申込・問い合わせ】 参加を希望される方は、下記までお電話にてお申込ください。

申し込み開始は **7月24日(日)10:00~** 先着20組
 横浜市踊場地域ケアプラザ Tel 801-2114(専用回線)



初回「そば講座」7月27日(水)10:00~11:30

会場：宮の台自治会館 講師：佐々木弘美氏、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7/27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27日)：筆記用具

申込み：7月3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