

# 東山田地域ケアプラザ

ケアプラザ広報紙

平成30年11月1日発行

都筑区東山田町270

TEL 592-5975

FAX 592-5913

発行責任者：堂前 裕子



講座等のお知らせをいたします。お申し込みはケアプラザまで！

東山田地域ケアプラザの講座は基本的に区民の方どなたでもご参加いただけます。

介護保険の申請等は担当できるエリアがございますので、ご確認ください。



子育て

## 遊びのおもちゃランド

カチア・アンサンブルによる

### クリスマスミニコンサート



♪素敵な歌と、リトミック♪

一足早いクリスマスをみんなで過ごしましょう！

おもちゃいっぱい楽しい自由遊びの時間も♡

日時：12月 7日（金）  
10時～12時

場所：東山田地域ケアプラザ

対象：0歳～未就園（3歳くらい）  
までのお子さんと養育者 25組位

参加費：1組200円（1人増える毎に+100円）

ちょっぴりプレゼントも

ご用意してお待ちしています♡

申込み：11月14日（水）13時～  
お電話にてお申込みください

子育て

## ぞうさんくらぶ

大人気♪

### クリスマス会

人形劇サークル でんでんむし による

#### 人形劇「おおきなかぶ」

ハンドベル エフロンシアター

バイオリン演奏など 盛りだくさん♡

日時：12月 21日（金）  
午前の部 10:30～11:30  
午後の部 13:30～14:30

受付は各回30分前より開始いたします。

公演の始まる前までにお越しください。

場所：東山田地域ケアプラザ

対象：0歳～未就園の  
お子さんと養育者 各回先着 25組

参加費：1組 300円（プレゼントがありますので  
1人増える毎に+200円がかかります）

申込み：11月16日（金）13時～  
お電話にてお申込みください

裏面もご覧ください

子育て



## ころころぱんだ

のびのび身体表現バエ教室田倉薫先生と  
親子で楽しく体を動かしませんか？

1歳児クラス 10時40分～11時35分  
2、3歳児クラス 9時30分～10時25分

日程：10月12日、11月9日、12月14日、  
H31.1月11日、2月8日、3月8日  
※全6回の連続講座です

場所：東山田地域ケアプラザ  
募集人数：各クラス共 20組程度

途中からでもご参加いただけます。  
詳しくはご相談ください。



障がい

## 大好評!! ステキアートをみつけよう

まだあけていないトピラをノック!

カッシー(柏崎久恵先生)とアサッチ(浅田裕子先生)と一緒に、身近にあるいろいろな材料や道具と出会って自分流の作品を作りましょう!!

日時：12月16日（日）13時～  
場所：東山田地域ケアプラザ  
対象：発達障がいや自閉症のある  
小学生および 兄弟児  
参加費：500円  
申込み：お電話にてお申込みください。



ケアプラザギャラリー 今後の予定

11月

白萩会

書道

12月

結の会・虹の会

絵手紙



一般

平成30年度介護予防普及強化事業  
東山田地域ケアプラザ

# ラジオ体操講座

誰もが知っているラジオ体操で体を動かして、  
冬に負けない体づくりをしましょう！  
運動の後は、お茶とお菓子で楽しくお喋りしましょう♪  
日 時：平成30年

11月 7日・14日・21日  
10:00~11:30

11月 28日（口腔ケアと栄養講座のみ）  
10:00~12:00

☆ 毎回終わりの30分程茶話会を予定しております。

場 所：東山田第五町内会館

講 師：山田 ゆかり氏

対象者：おおむね65歳以上の高齢者20名

参加費：無料

服 装：動きやすい服装、上履き

持ち物：飲み物、汗拭きタオル

申 込：東山田地域ケアプラザ窓口または電話

\*10月1日~受付開始

一般

平成30年度介護予防普及強化事業  
東山田地域ケアプラザ

# ポールウォーキング講座

～ポールウォーキング基本の「き」～

日 時：平成30年11月9日(金)・23日(金)・30日(金)  
9:30~12:00

☆毎回運動後、30分程茶話会を予定しております。

場 所：南山田町内会館

講 師：日本ポールウォーキング協会  
アドバンスコーチ

東 晋（あずま すすむ）先生

対象者：おおむね65歳以上の高齢者20名

参加費：無料

※ポールレンタル希望の方は1回500円です

服 装：動きやすい服装

両手が空くリュック等のカバンでお越し下さい

持ち物：飲み物、汗拭きタオル、

お持ちの方はご自分のポール

申 込：東山田地域ケアプラザ窓口または電話

\*10月1日~受付開始

一般

東山田地域ケアプラザ

介護者のつどい



# ほっと茶屋

日 時：平成30年 11月 27日（火）  
13:00~14:30

アロマルームスプレー作りを開催します！

素敵な香りで心もほぐされます

場 所：東山田地域ケアプラザ  
ボランティアルーム

対 象：介護者の方、介護を終えられ  
た方、これから介護に入る方

定 員：15名 参加費：100円

介護に関するストレス発散や情報交換、  
ホッと出来る時間を共有しましょう！



一般

東山田地域ケアプラザ 出張相談会

毎月15日は

# けあぷらデー

日 時：平成30年11月15日（木）  
10:00~16:00

場 所：すみれが丘町内会館

対 象：ご高齢者に関するご相談がある方

参加費：無 料

すみれが丘町内会協力「すみれカフェ」も同時開催  
おしゃべり&お茶飲みスペースです。  
お茶とお菓子は無料です。ぜひご参加ください。

東山田地域ケアプラザ  
地域包括支援センター



一般

都筑区内地域包括支援センター共催事業

# 弁護士巡回相談会

成年後見や相続、遺言といった内容などでお困りの事は  
弁護士無料相談会を是非ご利用下さい。

日 程：平成30年12月10日（月）  
13:30~16:30

場 所：東山田地域ケアプラザ

相談員：おおどおり総合法律事務所川崎オフィス  
弁護士 寺岡 幸吉氏  
幸町法律事務所 弁護士 橋本 尚子氏

定 員：8組（1組40分程度） ※予約優先  
費 用：無料

障がい

# おさんぽカフェ in 東山田

今年9月にオープンして3回目の実施です！

障がい児・者、ご家族や地域の方々“まるっと”  
集まるカフェ。美味しいお菓子とお茶も用意してます。  
お散歩ついでに寄っていきませんか？

平成30年

11月17日(土)は『無礼面LIVE』です！

地域の皆さんと「共に生きよう」

のメッセージを込めたライブ

素敵な演奏を一緒に楽しみましょう！

日 時：平成30年11月17日(土)  
午前10:00~12:00

場 所：東山田地域ケアプラザ

参加費：200円

共催：つづきまるっとプロジェクト

どなたでもご参加  
いただけます！  
皆様のご応募を  
お待ちしております

