

東山田地域ケアプラザ

ケアプラザ広報紙
平成31年2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

ころころぱんだ

体験参加も実施します
お気軽にご参加下さい！



のびのび身体表現バリエーション教室 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
手遊びや柔軟体操の後、毎回違う親子遊びを楽しみ、お子様の成長に見合ったプログラムで楽しく身体を動かします。

2、3歳児クラス 9時30分～10時25分
動きの活発になるこの時期、元気に動き回って親子で楽しく体を動かしましょう
終了後はホールルームで自由遊びもOKです

日程：4月12日、5月10日、6月14日、7月12日、8月9日、9月13日（全日金曜）
【全6回の連続講座です】

募集人数：各クラス共 20組程度
参加費：2,400円≪全6回分／初回全納≫
（返金はありませんのでご了承ください）
場所：東山田地域ケアプラザ
申込み：2月13日（水）13時～
電話または窓口にてお申込みください



＜体験参加のご案内＞

日時：3月14日（木）
2、3歳児クラス 9時30分～30分間
1歳児クラス 10時30分～30分間
参加費：各クラス共 1組 300円
2/13(水)13時～申込み受付します
体験日参加希望とお伝えください♪



子育て

遊びのおもちゃランド

歌とリズムで音楽あそび

3月は鈴木朋子先生と一緒に音楽あそびです。音に耳をすませて、楽しく体を動かそう！

元気に過ごした後は、いつものようにおもちゃいっぱい自由遊びも

日時：3月 1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100円（1人増える毎に+100円）
申込み：2月13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

♪ママとママのコミュニケーションを大切に♪
季節に合わせたイベントもいっぱい♡
親子で楽しい時間を過ごしましょう！



毎月 第3金曜日 10時～12時

対象：0歳～未就園（3歳くらい）
までのお子さんと養育者

参加費：200円（1人増える毎に+100円）

※イベント等により参加費は変更になる場合も有ります
申込み：ケアプラザへお問い合わせください

ケアプラザギャラリー 今後の予定

2月 鈴木しんいちろう氏 水彩画・切り絵
3月 つるし雑・ちりめん細工 つるし雑



裏面もご覧ください



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

フロに習おう！ 美しいラジオ体操

正しいラジオ体操を
体操の先生から
教えてみませんか？！



日時：平成31年3月11日（月）
10：00～12：00

場所：東山田地域ケアプラザ 多目的ホール

講師：全国ラジオ体操連盟指導委員
藤元 直美 先生

対象者：地域で活動中の方、
おおむね65歳以上の高齢者
(ラジオ体操に興味のある方どなたでも)

人数：25名程度 参加費：無料

持ち物：動きやすい服装でお越し下さい
室内用運動靴又は上履き
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（2月1日～受付）

一般

東山田地域ケアプラザ 出張相談会
毎月15日は

けあぶらデー



日時：平成31年2月15日（金）
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
包括支援センター



障がい

一般

おさんぽカフェ in 東山田



お馴染みとなった毎月恒例の『おさんぽカフェ』
障がい児・者、ご家族や地域の方々が
“まるっと”集まるカフェ。

いよいよ今年度最終回です！

今月は 歌ってお喋りしながら体も動かせる健康法
『歌うチャーミング体操』を実施します。

♪歌うチャーミング体操♪

日時：平成31年2月2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

みなさんで楽しく歌を唄いながら体を動かして、
素敵な時間を過ごしましょう！



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！

共催：つづきまるっとプロジェクト



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31年2月26日（火）
13：00～14：30

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
一緒に共有しましょう！

お気軽にお立ちより下さい！