

# 東山田地域ケアプラザ



ケアプラザ広報紙  
 2019年9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

## ころころぱんだ後期

日時：10月11日（金）11月8日（金）  
 12月13日（金）1月10日（金）  
 2月14日（金）3月13日（金）

毎月第二金曜日の6回コースです。

場 所：東山田地域ケアプラザ

対象：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

参加費：2400円（全6回分）

（参加費は初回に全納となります。）

募集人数：各クラス共 20組 程度

申し込み方法 9月1日（日）13時～

お電話か窓口で先着順で  
 受け付けをします。

田倉先生と一緒に親子で楽しく身体を  
 動かしませんか？



子育て

## 遊びのおもちゃランド

今年もあの！“音楽工房Le pont(ル ポン)”  
 さんが来てくださいます☆ 日頃の息抜きに  
 是非音楽に癒されにお越しください♡

日 時：10月 4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組程度

参加費：1組 200円（お子さんが増えると+100円）

### 小さな音楽会

曲目：エーテルワイス、踊りあかそう、情熱大陸  
 他

音楽会の後は自由遊びの時間です。おも  
 ちゃでいつもの様に遊べる時間もあります。今  
 回は読み聞かせがお休みとなります。次回をお  
 楽しみに♡



障がい

## おさんぽカフェ in 東山田



障がい児・者、ご家族、地域の方々が“まるっ  
 と”集まるカフェがリニューアルしました。皆さ  
 んで美味しいお茶菓子を食べながら楽しくお話し  
 しませんか？今回のイベントは香りのお守りオレ  
 ンジポマンダー作りを予定しています。10月、  
 11月の2回で仕上げます。クリスマスに向けて  
 一緒に作りませんか？たぐいまメンバーを募集し  
 ております。

日 時：10月 5日（土）  
 10時～11時45分

場 所：東山田地域ケアプラザ

参加費：700円（2回分）



出入り自由なので、お気軽にお越しください。  
 カフェのみの方は参加費200円です。

一般

## 夏のDIY講座

年末に向けて、家庭での掃除の仕方（汚れ・  
 場所別・洗剤の基礎知識）を学び、綺麗な気  
 持ちで新年を迎えましょう！

日 時：11月10日（日）  
 10時～12時

場 所：東山田地域ケアプラザ

対象者：どなたでもOKです。

定員：20名

参加費：無料

申し込みはお電話か窓口までお越しください。

皆様のご参加、心よりお待ちしております。



### 《ケアプラギャラリー》

9月 橋本さん 絵画  
 10月 吉田君ギャラリ



つづき あい計画

裏面もご覧ください

一般

## ボールを使った運動講座



### ボールを蹴ってストレス発散&トレーニング

サッカーコーチから椅子に座ったストレッチや、ボールを使ったトレーニング方法を学びます！  
いつまでも元気に体幹を鍛えましょう

日時：7月～11月の第1・第3火曜日  
9月3日・17日（残6回）  
10：00～11：30

場所：東山田地域ケアプラザ  
講師：セントフットサッカークラブ  
サッカーコーチ

対象：おおむね65歳以上の方  
定員：20名

参加費：無料

持ち物：室内用運動靴、飲み物、  
汗拭きタオル(動きやすい服装)

申込み：お電話にてお申込みください

人数に余裕があります！  
ご連絡お待ちしております

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：10月22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

暑い夏を乗り越えて、これからの介護について、今までの介護について意見交換、情報交換しませんか？みんなで色々な話をしましょう！！

日ごろのストレス発散、情報交換もできます。お気軽にお立ち  
より下さい！

一般

## 税理士相談会

税理士による**無料**相談会を開催します。  
相続について考えている、相談したい…など  
この機会にぜひご参加下さい。



日時：10月29日（火）  
受付時間13：00～

☆1部『相続税について』（講演）  
13：30～14：30

☆2部 個別相談会（1組30分）  
14：40～16：30

会場：東山田地域ケアプラザ

定員：1部…講演 20名

2部…個別相談 6組

※事前にご予約の方を優先とさせていただきます。

参加費：1部・2部とも無料

申込み：9月1日（日） 10時～

東山田地域ケアプラザ

お電話または窓口で**先着順**で受付をします。

一般

南山田地区 民生委員による

## カフェ越百(こすも)

地域包括支援センター職員がおります  
ので、お困りごとなどありましたら、お気軽に  
お声がけくださいね。

日時：10月18日（金）  
13：30～15：30

9月は20日（金）です。

包括支援センターの  
職員も伺ってます！

場所：南山田町内会館

対象：どなたでも

※南山田以外の方も参加可能

一般

東山田地域ケアプラザ 出張相談会

## けあぷら茶ー

日時：10月15日（火）  
10：00～16：00

場所：すみれが丘町内会館

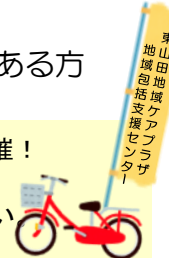
対象：ご高齢者に関するご相談がある方

参加費：無料

すみれが丘町内会「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