

2022 10月 東山田地域ケアプラザ

東山田地域ケアプラザでは、地域の活動、ケアプラザで行っているサークル活動等をご案内することが出来ます。お気軽にお問合わせください。介護保険等の日頃のご相談、ご要望、ご不明点についてもご連絡ください。(北見)



詳しくはお電話又はHPをご覧ください

ケアプラザ広報紙
2022年10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

一般

からだ相談会 & 体力測定会

日時：11月5日(土) 13:30～15:30

場所：東山田スポーツ会館 体育館
(都筑区東山田町105-2)

対象：興味のある方、年齢性別問わずどなたでも

持物：室内履き(動きやすい靴)

申込：予約制、11/3 までに下記へお電話下さい
~~~~からだ相談会・測定会の申込連絡先~~~~

☎045-592-5975 東山田地域ケアプラザ

- 医療・介護の専門職による相談会
- リハビリ職による運動プログラムの提供
- AI技術による歩行解析
- 体力測定
- 血管年齢測定
- 体組成計 など



介護者

東山田地域ケアプラザ 介護者のついで

## ほっと茶屋



10月25日(火)

13:00～14:30

場 所：東山田地域ケアプラザ 多目的ホール

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

持ち物：室内履き(スリッパ等)

定 員：15名

参加費：100円

11月  
22日(火)



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】11月30日(水)

1部 13:30～14:30 20名

講演 『成年後見制度と相続税について』

2部 14:40～16:30 6組

個別相談会(1組30分) **(事前予約制)**

【持ち物】室内履き・筆記用具

【会場】東山田地域ケアプラザ 多目的ホール

お問合せは東山田地域ケアプラザまで

一般

## 無料出張相談会

毎月15日は

## けあぷらてー

協力：すみれが丘町内会

東山田地域ケアプラザの専門相談員が、  
**無料**でお答えします。

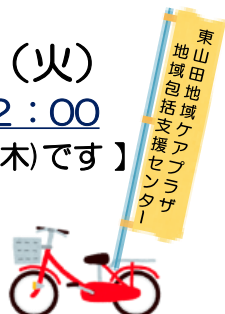
11月15日(火)

10:00～12:00

【12月は15日(木)です】

場 所：すみれが丘会館

対 象：ご高齢者に関する  
ご相談がある方



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。

11月18日(金)

13:00～15:00

次回：12月16日(金)

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)

費 用：100円(サロン参加費)

いつでも役立つ

# 小児救急講座

乳幼児の急なケガや病気などに慌てたことはありませんか？  
日常起こりやすい事例を消防署の方に  
わかりやすくお話いただき、実技も行います。  
とっさの時の為のお役立ち講座です。



**日時: 11月19日(土)・10:00~11:30**

会場: 東山田地域ケアプラザ/多目的ホール  
対象: 子育て中の方、小児救急に関心のある方など誰でも  
定員: 先着15名  
申込: 10/19(水) 13:30~  
電話または窓口まで(定員になり次第締め切り)

参加費  
無料



その他: 室内履きをご持参ください。マスク着用をお願いします。駐車スペースはございません、お車でのお来所はご遠慮ください。質問の時間を設けています。質問のある方、またお子様を連れてご参加の方は申込時にお伝えください。

# おさんぽカフェ in東山田

障がい児・者、ご家族、地域の方の交流の場「おさんぽカフェ」。令和4年度もまた、気軽に立ち寄れるカフェとして行っていきます。日頃感じている相談も受け付けております。お気軽にご参加下さい。

日時: 11月5日(土) 10時~12時  
場所: 東山田地域ケアプラザ 多目的ホール  
参加費: 200円  
(イベント参加別途500円)  
持ち物: 室内履き(スリッパ等)  
お電話にてお申し込み下さい



# 都筑区赤ちゃん会

0歳児を対象に、手遊びなどをしながら仲間づくり・育児相談をしています。

**日時: 11月25日(金) 10:00~11:00**  
**毎月第4金曜日開催(祝日は別日)**

場所: 東山田地域ケアプラザ 多目的ホール  
対象: 原則第一子お子さんになります。  
対象地域: 東山田1~4丁目・東山田町・早瀬3丁目  
※それ以外の地域の方は会場が異なりますのでお問い合わせ下さい。  
参加費: 無料  
持ち物: バスタオル・室内履き(保護者の方)

# 親子でクリスマスリース作り

親子で楽しくクリスマスリースを手作りしましょう!

日時: 11月12日(土)  
10:00~11:30  
場所: 東山田地域ケアプラザ 多目的ホール  
参加者: 未就学児の親子(兄弟可)  
10組  
参加費: 500円  
持ち物: 飲み物、室内履き  
持ち帰り用の袋をお持ち下さい



お問合せは東山田地域ケアプラザまで

# 子育て支援相談会

不安なことや困りごとなどお気軽にご相談ください。

毎週木曜日(祝日以外) 10時~11時半  
予約不要・参加費無料  
保護者の方は室内履きをご持参ください



11/10は  
歯科衛生士さんが  
来ます!



お問合せは東山田地域ケアプラザまで

《ケアフラギャラリー》~今後の予定~

10月 スマイルコレクションパネル展示  
11月 吉田隆寛さん フィギュア展示



急遽中止となる場合があります。詳細はケアプラザまでお問い合わせください。皆様の参加をお待ちしております。

★ケアプラザへお越しの際は室内靴をご持参下さい。  
※当ケアプラザでは個人情報保護法を遵守しています。