

6月

東山田地域ケアプラザ



詳しくはお電話
又はHPを
ご覧ください

無料出張相談会

毎月15日は **けあぷらデー**

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。

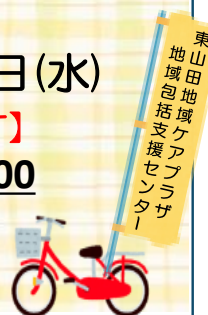
令和8年7月15日(水)

【8月はお休みです】

10:00 ~ 12:00

お菓子とお飲み物
をご用意してお待ち
しております

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



楽しい脳活体操

ラフターヨガ・ストレッチ・脳トレなどとても楽しい
体操です。椅子に座ったままでもできます。
無料体験レッスンからはじめてみませんか？

毎月第2・4月曜日 **13:10 ~ 14:40**

場 所：北山田小学校コミュニティハウス 研修室

対 象：どなたでも参加可能です

講 師：鶴殿 眞理子先生

参加費：1,500円 / 1か月分

持ち物：運動靴、飲み物、
ヨガマット または バスタオル
※動きやすい服装※



【問い合わせ】東山田地域ケアプラザまで



遊びのおもちゃランド

毎月第1金曜日

イベントの後はおもちゃをいっぱい出して、お部屋を開放します

ベビーマッサージを楽しもう

令和8年7月3日(金) **10:00 ~ 12:00**

場 所：東山田地域ケアプラザ / 多目的ホール

対 象：0歳~未就園の親子 15組くらい

参加費：100円(1人増えるごとに+100円)

申 込：6月10日(水)以降 9時~16時30分の間に
お電話または窓口にて

持ち物：水分補給の飲み物

保護者の方は室内履き(スリッパ)

マットを準備しますが

気になる方は

バスタオル等をお持ち下さい

着衣のままマッサージします



講師 小田広子先生
ベビーマッサージインストラクター
子育て支援コーディネーター
幼児教育認定講師・神奈川子育て支援員



わくわくこあら

毎月第2金曜日

親子で一緒に楽しく体を動かす講座です

苗村庸子先生と一緒に

元気いっぱい！リトミック

令和8年7月10日(金) **10:00 ~ 11:00**

場 所：東山田地域ケアプラザ / 多目的ホール

対 象：未就園の親子12組くらい

参加費：1回300円(対象のお子さんが2名の場合は
それぞれ300円) ※現金のみ

申 込：6月17日(水)以降9時~16時30分の間に
お電話または窓口にて

持ち物：動きやすい服装、水分補給の飲み物、
室内用運動靴(親子とも)



どうさんくらぶ

毎月第3金曜日

自由遊びの後はティータイム♪今月は…

のんびりまったり

コーヒーや紅茶とおやつでホッと一息♪

令和8年7月17日(金) **10:00 ~ 12:00**

場 所：東山田地域ケアプラザ / 多目的ホール

対 象：0~3歳くらいまでの未就園の親子 15組程度

参加費：**200円**(お子さんが1名増えると+100円)

※現金をご用意ください

申 込：7月1日(水)以降 9時~16時30分の間に
お電話または窓口にて

持ち物：保護者の方は室内履き

保護者の方の飲み物とおやつは準備いたしますが

お子様の分は各自でご用意ください

(共催) 東山田地区民生委員児童委員協議会・NPO法人りんぐりんく
東山田地域ケアプラザ

おやこひろば

毎月第1土曜日

おやこひろばは**7・8月お休み**です。



次回令和8年9月5日(土)

13:30 ~ 14:30 お楽しみに！



介護保険の申請・相談はケアプラザでも行っています。対応できる職員が不在の場合もございますので、お手数ですが事前にご連絡の上お越しください。状況に応じてご訪問もいたします。土日の対応もできますのでお気軽にお問い合わせください。



東山田地域ケアプラザ **Tel:045-592-5975**

ケアプラザ広報紙
まあるくつながるケアプラザ
2026年6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