

けあぷら通信

2026年7月号(累計123号)
発行 東山田地域ケアプラザ
まあるくつながるケアプラザ
住所 224-0024 東山田町270
電話 045-592-5975
FAX 045-592-5913
発行責任者 所長 堂前裕子

タップダンス講座開催中！



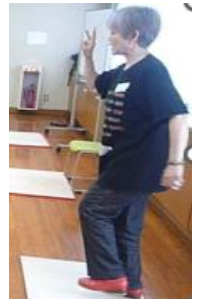
講師:大石 真紀子さん

MIYOKO's TAP DANCE COMPANY

当ケアプラザでは、5/12から7/21までの全6回の日程でタップダンス講座を開催しています。毎回多くの方にご参加いただいております。今回(6/9)も開始15分前から来館される参加者の姿が見られ、皆さんの意欲の高さを感じられました。講座は、まずケアプラザ職員によるフレイル予防講話を行っており、今回は口腔体操からスタート。表情筋を動かしながら心と体をほぐした後、講師の先生による準備体操を行い、いよいよレッスンが始まりました。レッスンでは、音楽に合わせてテンポを速めたり遅めたりしながらステップの練習を実施。参加者の皆さんは講師の動きに集中し、楽しみながら熱心に取り組まれていました。最後は整理体操で体を整え、講座を締めくくりました。なお、5/26の講座では地元のケーブルテレビ局の取材が入り、その様子がYouTubeで公開されています。



当日の様子はこちらからアクセスできます。



タップダンス講座の残りは
①7/14(火)・②7/21(火)です。
時間はいずれも、
13:00から14:30です。
ご興味のある方は、ケアプラザまで
お問い合わせください。



今後とも皆様のご参加をお待ちしております！
※ 定員数に達した時は、お断りする場合もございます



楽しかった～



貸館予約方法が変わります

今年の秋から東山田地域ケアプラザは、ご来館いただかなくてもパソコンやスマートフォンから、いつでもお部屋の空き情報の確認やご予約が可能になりました。詳細は改めてご利用団体の皆さまにお知らせさせていただきます。



利用の流れ



① 窓口で団体登録

初めて利用する場合は、窓口で団体登録を行います。
登録済みの団体は、施設ごとにログイン用のIDとパスワードが発行されます。

② 空き状況を確認

予約システムサイトにアクセスして、施設名を検索すると施設ごとの部屋の空き状況が確認できます。



読み取りはこちらから

③ 予約申込み

団体IDにてログインし、日時や部屋を選んで抽選・先着の申込みを行うことができます。

④ 予約結果を確認

申込み結果はマイページや登録したメールで確認できます。
予約確定後は当日そのままご利用できます。

● 注意事項 ●

- ・ 予約開始前の予約はキャンセルとなります。
- ・ 抽選や先着の方法・日程は、施設ごとに運用が異なるため、必ず施設に確認をお願いします。
- ・ 団体IDやパスワードは、第三者に漏れることがないように、取扱いに注意してください。ログイン中に団体の代表者の登録情報も確認できるため、団体内での共有の際はご注意ください。
- ・ 施設使用料が発生する場合は、これまで同様、窓口でのお支払い手続きをお願いします。

東山田地域ケアプラザ TEL:045-592-5975



「けあぷら通信」のバックナンバー、講座のご案内等はホームページをご覧ください