

10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11月15日(日)

【12月は15日(火)です】

10:00 ~ 12:00

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

お菓子とお飲み物
をご用意してお待ち
しております

東山田地域
ケアプラザ
支援センター



からだ相談会&測定会

11月21日(土) 13:30~15:30

会場：東山田地域ケアプラザ

持物：室内用運動靴

服装：動きやすく、裸足になりやすい服装

申込：11月16日までに、お電話または窓口にて
お申込みください。

- 医療・介護の専門職による相談会
 - AI技術による歩行解析
 - 体力測定
 - 体組成測定
 - 血管年齢測定
 - リハビリ職による運動プログラムの提供など
- ※ペースメーカーを装着されている方は
体組成測定はできません

無料



親子と一緒に楽しく体を動かす講座です

毎月第2金曜日

わくわくこあら

鈴木朋子先生と一緒に

ふれあい音楽遊びの時間

令和8年11月13日(金)10:00~11:00

わらべ歌、手遊び歌、童謡をピアノの音に合わせて身体を
動かしましょう！親子の触れ合いを楽しむリトミックです

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 10月21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



ぞうさんくらぶ

毎月第3金曜日

自由遊びとのんびりまったりティータイム

育児の合間にほっと一息つきませんか？

令和8年11月20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 未就園児・未就学児とその保護者 15組

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 11月1日(日)以降9時~16時30分の間に
お電話または窓口にてお申込みください。

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

パパもママも楽しもう♪制作、ベビーマッサージ
リトミックなど、内容盛りだくさんの講座です。

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

令和8年11月7日(土)13:30~14:30

場 所 東山田地域ケアプラザ/多目的ホール

対 象 未就園児・未就学児とその保護者 20組

参加費 子ども1名300円/大人1名200円

※現金をご用意ください

申 込 10月7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



10月1日からは、月~土曜日の9時~17時で介護保険の申請・相談対応をケア
プラザで行っています。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うえ、お越しください。状況に応じてご訪問もいたします。
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