

東山田地域ケアプラザ

ケアプラザ広報誌
平成29年2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できる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

のびのび身体表現バレエ教室田倉薫先生と
親子で楽しく体を動かしませんか？
まずは体験日にお気軽にいらしてください！

1歳児クラス 10時40分～11時35分

手遊びや柔軟体操の後、毎回違う親子遊びを楽しみ、お子様の成長に見合ったプログラムで楽しく身体を動かします。

2、3歳児クラス 9時30分～10時25分

動きの活発になるこの時期、元気に動き回って親子で楽しく体を動かしましょう



日程：4月14日、5月12日、6月9日、
7月14日、8月25日、9月8日
※全6回の連続講座です

場所：東山田地域ケアプラザ

募集人数：各クラス共 20組程度(先着順)

参加費：2,400円《全6回分/初回全納》

申込み：3月1日(水) 12時～

電話または窓口にてお申込みください

体験参加のご案内

日時：3月24日(金)

2,3歳児クラス 9時30分～30分間

1歳児クラス 10時30分～30分間

参加費：各クラス共 1組 300円

3/1(水)12時～お申込みの際、体験日

参加希望とお伝えください♪



ケアプラザギャラリー 今後の予定

2月 絵画・つるしびな

3月 つるしびな



お問い合わせ・お申し込み

東山田地域ケアプラザ ☎ 592-5975

子育て

遊びのおもちゃランド

3月のミニイベントは

人形劇サークル でんでんおし

人形劇 ぐいとぐら

みんなも知ってる楽しいお話 お楽しみに♪

人形劇の後はいつものように
おもちゃいっぱい自由遊び！



ハンドベル
パネルシアター
バイオリン演奏



日時：3月 3日(金)

10時～12時

場所：東山田地域ケアプラザ

対象：0歳～3歳くらいまでの未就園
親子 25組程度(先着順)

参加費：1組 100円

(お子さんが増えると+100円)

申込み：2月15日(水) 13時～

電話または窓口にてお申込みください

子育て



ぞうさんくらぶ

3月は のんびりまったり

お子さんたちを遊ばせながら楽しく
おしゃべりしませんか？ママのティー
タイムもおたのしみに♪

日時：3月 17日(金)

10時～12時

場所：東山田地域ケアプラザ

対象：0歳～未就園のお子さん
と 養育者 25組

参加費：1組 200円

申込み：3月1日(水) 13時～

電話または窓口にてお申込み
ください



裏面もご覧ください

つつき あい計画

一般

共催 都筑区生活支援センターこころ野
東山田地域ケアプラザ



うつ病ってどんな病気？

～うつ病の基礎知識と対応について～



うつ病は15人に1人が発症すると言われていたとても身近な病気です。

正しい知識と対応の仕方を精神科の先生から学びましょう！

日時：平成29年3月5日（日）

10：30～12：00

場所：東山田地域ケアプラザ

多目的ホール

定員：30名 参加費：無料
先着順受付となります！

講師：精神科医

田園調布学園大学教授

中川 正俊先生



どなたでも
ご参加 頂けます



介護者

東山田地域ケアプラザ 介護者のつどい

ほっと茶屋

ご家庭で介護に関わる（関わった）方！
ストレス発散や情報交換、仲間作りを
一緒にしませんか。

新年1回目はお茶とお菓子を囲んでの
茶話会です。 ホット一息つきましょう。

日時：平成29年 2月28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

定員：15名 参加費：100円

一般

東山田地域ケアプラザ 出張相談会

毎月15日は

けあぷらティ

日時：平成29年

3月15日（水）

10:00～16:00



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

参加費：無料

一緒にお喋り
しましょう！
お待ちしております！



お茶のみスペースもご用意しています。

おしゃべりしたい方
ちょっと休憩したい方



お気軽にお立ち寄りください！
協力：すみれが丘町内会



お問い合わせ・お申し込み

東山田地域ケアプラザ

☎ 592-5975



つづきあい計画