

東山田地域ケアプラザ

ケアプラザ広報誌No.1
平成30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

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

遊びのおもちゃランド



7月はトッポンチー/合奏団による

七夕コンサート

ヴァイオリン、コントラバス、ピアノが
奏でる音楽の世界へようこそ！
年に一度の七夕飾りもみんなで作らしましょう！



日時： 7月 6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（3歳くらいまで）
のお子さんと養育者25組程度
参加費：1組 200円
（お子さんが増えると+100円）
申込み：6月20日（水）13時～
電話にてお申込みください。

子育て

いつでも役立つ

小児救急法

乳幼児の急なケガや病気、誤飲など、
イザ！という時のために知っておきたい
お話・実技を消防署の方から学んで
みませんか？

日時： 7月18日（水）
10時～11時30分

場所：東山田地域ケアプラザ
対象：子育て中の方、小児救急に関心
のある方ならどなたでも
先着15組
参加費：無 料 （定員になり次第締切）

申込み：6月13日（金）13時～
電話または窓口にてお申込ください
その他：お子様連れ参加もOKです！
申込み時にお伝えください。
実技も行いますので胸元のあいて
いない、動きやすい服装でご参加
ください。

子育て

都筑区役所共催事業

無料・予約制

ママと赤ちゃんのための健康講座

離乳食を始めて2ヶ月を過ぎた頃の赤ちゃん和妈妈のための
お役立ち講座です！ << 2回で1コース >>

1日目 【運動編】

赤ちゃんと一緒に楽しく運動

平成30年 7月12日（木）

持ち物：バスタオル、飲み物
※ 動きやすい服装でご参加ください
場所：都筑区役所1階
福祉保健センター多目的室

2日目 【食事編】

食生活のお話と離乳食（2回食の試食）

平成30年 7月26日（木）

持ち物：離乳食用のスプーン
飲み物
場所：東山田地域ケアプラザ

開催場所が1日目と2日目
異なりますのでご注意ください！

時間：10時30分～11時30分

対象：離乳食を始めて2ヶ月をすぎたころの赤ちゃん和妈妈

申込方法：6月11日（月）10時～受付開始 電話にてお申込みください

【都筑区在住の方 先着25組】

裏面もご覧ください



つつき あい計画

障がい

ステキアートをみつけよう!

全5回の講座です
毎回どんなアートが
みつけれられるかお楽しみに!



第1回 Tシャツ製作&発表会

第1回目はスマコレとコラボ!!
Tシャツを作ってみんなで出かけよう♪



対象：発達障害・自閉症のある小中学生
およびその兄弟と保護者

Tシャツ製作 6月17日(日)
13時30分~15時30分

発表 7月8日(日)
16時~17時(予定)

北山田駅前 ケアプラザ旗前集合

参加費：各回 500円(保険代・飲物代)
※第1回のみ別途Tシャツ代500円

申込方法：電話にてお申込みください

※汚れても大丈夫な服装でご参加ください

—今後の日程—

- 第2回 7月27日(金) 各日共
- 第3回 10月21日(日) 13時~16時
- 第4回 12月16日(日)
- 第5回 H31. 2月24日(日)

内容は乞うご期待!!
みんなでお楽しみ!



場所：東山田地域ケアプラザ
講師：柏崎久恵 先生



子育て

ぞうさんくらぶ



♪ママとママのコミュニケーションを大切に

お子さんたちを楽しく遊ばせながら、
ママも楽しくお喋りしませんか?



6月15日はふかしたホカホカの
じゃがいもで、おやつタイム♪



毎月 第3金曜日 10時~12時

対象：0歳~未就園(3歳くらい)
までのお子さんと養育者

参加費：200円(1人増える毎に+100円)
※イベント等により参加費は変更になる場合も
あります。詳細はお電話にてお問い合わせ
ください。

申込み：毎月1日(金)13時~
電話にてお申込みください。

一般

東山田2丁目にカフェがオープンします

2丁目スマイルカフェ

毎月第4木曜日

午後2時~午後3時半

場所は東山田2丁目の会館です。

参加費は100円

みんなで体を動かしたりお茶とお菓子を
食べながら楽しい時間を過ごせる素敵な
空間です。どなたでも参加OKとのこと。
当日は、ケアプラザから職員も参加し高
齢者の方々の相談も受け付けます。

オープン日は

6月28日(木)

ボランティア同時募集
詳しくはケアプラザまで



ケアプラザギャラリー 今後の予定

- 6月 おりひめ 折り紙作品展
- 7月 綾の会 書道展

お問い合わせ・お申し込み

東山田地域ケアプラザ ☎ 592-5975

当ケアプラザでは個人情報法を遵守しています



つつき あい計画

東山田地域ケアプラザ

ケアプラザ広報誌No.2
平成30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



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。

一般

子どもも大人も！

ボランティアの一步を踏み出してみませんか？

ボランティア 1日体験講座



地域のボランティアさんによるミニテイスサービス・会食会で高齢者の方々と一緒に話やゲーム、調理の準備のお手伝いをしながら1日を過ごします。

体験先 A 高齢者ミニテイスサービス

ゆうゆう東山田

日程 7月 28日(土)

8月 25日(土)

9時～15時



体験先 B 高齢者会食会

ふきのとう

日程 7月 25日(水)

8月 22日(水)

9時～15時



場 所：東山田地域ケアプラザ

持ち物：参加費 500円(昼食代) エプロン、三角巾、筆記用具

対 象：小学校高学年以上～ボランティアに興味のある方

申込方法：電話にてお申込みください



一般

障がい

おさんぽカフェ

in 東山田



障がい児・者、ご家族、地域の方々が“まるっと”集まるカフェが今年9月にオープンします！

お茶菓子を楽しみながらのイベントを毎回用意しています。

お散歩ついでに寄っていきませんか？

実施日程：平成30年 9月 1日(土) 香育 ～アロマ体験～

10月 6日(土) ハーバリウム作り

11月17日(土) コンサート

12月15日(土) 映画鑑賞

平成31年 1月19日(土) 当事者家族のお話

2月 2日(土) 『歌って回想』健康法

全日とも

10:00～12:00

場 所：東山田地域ケアプラザ

参加費：200円(一部講座で材料代などが別途かかるものもあります)



共催：つづきまるっとプロジェクト
東山田地域ケアプラザ



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



6月は参加者からご要望が特に多かった介護技術講座を実施いたします。
『ベッドからの起き上がり』と『床からの起き上がり』について
介護技術のプロによるミニ講座を実施いたします。お気軽にご参加ください！



介護技術講座

～起き上がり・立ち上がり介助～

日時 平成30年 6月26日(火) 13時00分～14時30分
 場所 東山田地域ケアプラザ 多目的ホール
 講師 東山田地域ケアプラザ 介護支援専門員 嶋田 篤志氏
 対象 ご家庭で介護をされている方・介護を終わられた方も大歓迎！
 定員 15名(先着順) 参加費 1回100円
 *動きやすい服装でご参加下さい

高齢

平成30年度 介護予防普及強化事業
東山田地域ケアプラザ主催

笑いあり 楽しさ満点!

ゆるい体操

あなたも体幹を鍛えて
10歳 若返りませんか?

5月1日～好評受付中!



田倉薫講師による体操時間は75分間
体操の後にはお茶を飲みながら
楽しくおしゃべりしましょう♪

第2回目からは同時間に別室で相談会も行います

日時: 6月20日(水) 10:00～12:00
 6月27日(水) 10:00～12:15
 7月18日(水) 10:00～12:15
 7月25日(水) 10:00～12:00

場所: 北山田小学校コミュニティハウス
大小研修室

対象: おおむね65歳以上の高齢者

定員: 20名程度

★参加費は無料です!

男性も運動初心者の方も 大歓迎!

一般

東山田地域ケアプラザ 出張相談会

毎月15日は

けあぷらデー

協力: すみれが丘町内会

日時: 平成30年6月15日(金)
10:00～16:00

場所: すみれが丘町内会館

対象: ご高齢者に関する
ご相談がある方

参加費: 無料



お問い合わせ・お申し込み

東山田地域ケアプラザ ☎ 592-5975

当ケアプラザでは個人情報法を遵守しています

