

けあぶら通信



2018年10月号(累計91号) 発行
～ここに笑顔がある～
東山田地域ケアプラザ
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

朝夕はめっきり冷えこむようになりました。紅葉が色づいてくる日々に、秋の訪れを感じます。皆さまはいかがお過ごしでしょうか？

秋といえば「食欲の秋」、「芸術の秋」、「スポーツの秋」、「行楽の秋」、いろいろな秋を楽しむことができますね。すがすがしい風が吹き気候の良い秋を楽しみたいですね。ケアプラザでもいろいろな事業を実施しております。ぜひお立ち寄りください！



おさんぽカフェ オープンしました！

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9月1日より東山田地域ケアプラザで始まりました！9月より、平成31年2月まで毎月開催いたします。

9月1日のイベントでは【香育～アロマ体験～】をおこない、香りの力を感じながらオリジナルのフレグランスボトルづくりを行いました。皆さんそれぞれに好きな香りを選びながら色とりどりのフレグランスボトルを作られていました。

好きな香りに包まれてリラックス、そして優しい色合いに気分も癒されますね♥

普段は目に見えないけれど、香りの力はすごいということを再確認できる一日になりました。

そのあとは障がい児・者の方々が作業所で作っているマフィンやドーナツを食べたり、参加者の皆さままでお茶を飲みながら楽しくお話をして過ごすことができました。

ご参加くださった皆さま、本当にありがとうございました。



10月のおさんぽカフェでは【ハーバリウム作り】、11月は視覚障がい者の方々によるコンサート、12月はクリスマス会など、毎月さまざまなイベントをご用意しております。

皆さま、ぜひご予約の上ご参加ください！お待ちしております。☎ 045-592-5975

東山田連合町内会納涼盆踊り 出店のお礼

8月3日～4日に山田小学校での夏祭りに出店させていただき、駄菓子やお面の販売をさせていただきました。3日は開始早々雨に見舞われましたが、楽しく思い出に残る2日間となりました！お世話になった皆さま、ありがとうございました！

ボランティア友の会企画

DIY講座

すぐに役立つDIY講座として大人気！
今回もDIY神奈川より講師をお招きして
「包丁研ぎ」をおこないます！ぜひご参加ください♪
日時：10月21日（日）10時～12時
参加費：200円
持ち物：砥石、研ぎたい包丁、雑巾、上履き
申込み：ケアプラザにお電話ください
☎ 045-592-5975



身体を動かすのに良い季節になりましたね！地域包括支援センターでは介護予防に力を入れており、**ロコモ予防(ロコモティブシンドローム)**の講座を実施しています！

※ロコモティブシンドロームとは加齢に伴う筋力低下や骨・関節の疾患など運動器の障害が起こり、「立つ、座る、歩く」などの移動能力が低下する状態のことをいいます。

地域包括支援センターでは11月中、ロコモ予防になる2つの介護予防講座を予定しています。**お申込み、詳細についてはケアプラザへお問い合わせください！**

ラジオ体操

東山田第五町内会館
11月7日、14日、21日、28日
10時～11時半
10時～12時（最終日のみ）

ポールウォーキング講座

南山田町内会館
11月9日、23日、30日
9時半～12時

皆さま、ぜひご参加ください！

ケアプラ大掃除ボランティア 大募集！！

毎日多くの方々にご利用いただいているケアプラザは年2回、館内の大掃除をおこなっています。「ボランティアをしてみたいけど、何から始めていいのかわからない…」という思っている方、まずは身近な地域でご活躍してみませんか？終了後にはお茶を飲みながらの茶話会も予定しております♪

日 時：11月22日（木）9：00～12：00

持ち物：エプロン、三角巾 ※汚れてもいい服装でご参加ください

申込み：東山田地域ケアプラザへお電話ください ☎045-592-5975



都筑警察署のおまわりさんに聞きました！

定番
コーナー

ちょっと待った!!その電話…詐欺かも！？



都筑区にこのような電話が来ています！

区役所の職員を騙り「保険金や自治会費等の返金がある。今なら間に合うのでATMに行って手続きを！」

→これは携帯電話をつかって還付金を受け取るための手続きをしているかのように教えられますが、実は振込みの手続きをさせられてしまう詐欺の手口です！！



サギ撲滅の二本柱

こんな言葉を電話で聞いたら
詐欺を疑いましょう！

「急に**お金**が必要…」

「**キャッシュカード**を預かります」

「ATMで**医療費**を還付します」



留守番電話の設定を
お願いします！



○犯人は留守番電話を**嫌**います。

○電話は留守番電話が作動する前に
取らないようにしましょう

○常に留守番電話の設定をお願いします。

少しでもおかしいな？と思ったら、110番へ相談しましょう！！