

# 桂台地域ケアプラザ 令和4年9月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
おもちゃ文庫「ぼこ」 親子で遊んで、ほっと一息つきませんか 毎週月～金曜日（祝日を除く）10時～12時 ※1日5組限定				1 木曜サロン 15:00～	2	3
4 桂台カフェ 13:30～	5	6 桂台げんき食堂 学習室 15:00～17:00	7	8	9 医療相談 14:00～	10
11	12	13 桂台げんき食堂 14:00～17:00 スマホ よろず相談所	14 スリーA スマイルの会 10:00～	15 シニア 健康づくり教室 14:00～	16	17
18	19	20	21 NFの会 11:00～	22 医療相談 14:00～ シニア 健康づくり教室 14:00～	23 講座 「地域包括支援 センター看護師 のお話」 10:00～	24 桂台健康講座 「住環境と福祉 用具の活用につ いて」 14:00～
25	26 スマホ よろず相談所	27 よこはまシニア ボランティア ポイント 登録研修会 10:00～	28 スリーA スマイルの会 10:00～	29 シニア 健康づくり教室 14:00～	30 ベビー マッサージ 10:30～	

桂台カフェ…認知症の方と家族の会です。家族同士で悩みを相談し合ったり、レクリエーションで楽しいひと時を過ごします。

NFの会…認知症の方を介護している家族の会です。思いの丈を話したり、先輩介護者から話を聞くことができます。桂台カフェを運営しています。

木曜サロン…平均年齢40代のみんなでおしゃべりをする集まりです。

スマホよろず相談所…予約制で実施しています。内容や時間等の詳細はお問い合わせください。

桂台げんき食堂…食事なしで、遊びの場の提供のみです。学習室は毎週実施しています。

おもちゃ文庫「ぼこ」…親子で遊べる居場所です。支援ボランティアさんがいらっしやいます。

（ボランティア不在の場合もございますので、ご了承ください）

医療相談…協力医であるかみごう医院の龍先生に健康等の相談ができます。各日2組限定（予約制）

※各イベント等にご興味のある方は事前にご連絡・お申込み下さい。（☎045-897-1111）

また、直前で日程等が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

令和4年  
9月号

桂台地域ケアプラザ

## 地域交流プログラム

発行日/令和4年9月1日

編集・発行/横浜市桂台地域ケアプラザ

発行責任者/勝呂 朋子

お問い合わせ先

045-897-1111

9月21日は「世界アルツハイマーデー」、9月は「世界アルツハイマー月間」です。1994年に「国際アルツハイマー病協会」と世界保健機関（WHO）が制定しました。各地でオレンジ色にライトアップが行われたり、ポスターなど様々な啓発活動が行われています。

桂台地域ケアプラザでは、認知症の方やご家族が集まる「桂台カフェ」や認知症の方の家族のつどい「NFの会」などが開催されています。1階に認知症普及啓発コーナーを作り、リーフレット等を配架しています。また、中面でも特集記事を掲載していますので、ぜひご覧ください。

福祉施設で利用する椅子敷や足敷を制作するための

### 未使用の布、古布を募集しています！

（フェイスタオル、バスタオル、タオルケット、シーツ等）

皆さんに頂いた布は、右の写真のようにボランティアさんが福祉施設で活用しやすいように作り変えて下さいます。

ご協力頂ける方は、窓口にお持ちください。



### イベントのお知らせ



申込先の記載のないものは桂台地域ケアプラザにお申し込みください。

☎045-897-1111 又は

✉subco@houmon-no-ie.or.jp →



※感染症予防のため、講座にお越しの際はマスク着用及びスリッパの持参をお願いしております。

受付では検温を実施しております。

※駐車場のご用意はございませんので、公共交通機関等でお越しください。

### 桂台地域ケアプラザ・小菅ヶ谷地域ケアプラザ・栄区役所・さかえすた共催事業 弁護士から学ぶSAKAEシニアライフノート～エンディングノートの活用方法～

先の見えづら、人とつながりにくい今だからこそ、SAKAEシニアライフノートを使って終活を考え、親子・家族・友人同士で話し合うきっかけを作りませんか？

日時: 令和4年9月30日（金）14時～16時 場所: SAKAESTA（さかえすた）3階 大会議室

講師: 飯島 倫子氏 定員: 40組（定員次第×切）

申込み: SAKAESTA（さかえすた）☎045-392-5157

### 音楽療法

音楽は人の心を明るくします。認知症予防に役立つ音楽療法と一緒に体験しましょう。大好評でしたので、2回目を企画しました。

日時: 令和4年10月4日（火）13時半～15時

場所: 桂台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

定員: 20名程度（定員次第×切）

講師: 高橋 亮太郎氏（株）キートン

### 健口体操について

「オーラルフレイルになっていませんか？」これからも元気に美味しく食べられるようにセルフチェックや健口体操について聞いてみましょう。

日時: 令和3年10月13日（木）15時～16時

場所: 桂台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

定員: 30名程度（定員次第×切）

講師: 朝廣 賢哲氏（朝廣歯科クリニック 院長）

