

9月イベント情報

【ぴよぴよちゃん劇場】
～親子で楽しむ おはなし広場～

*日時 9月1日(金) 午前11時30分～12時
*会場 根岸地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
*対象 0～3歳児・保護者
*申込 当日、直接会場にお越し下さい

無料

【発達支援ルームHonu Club】
☆「その子らしさ」を大切に☆

*日時 9月2日(土) 午前9時～午後1時
9月19日(火) 午後1時～午後5時
*会場 根岸地域ケアプラザ 2階 ボランティアコーナー
*内容 子育て、不登校、学校、勉強、友達関係など悩んでいる親子を対象にご相談を受付けます(原則1人60分)
*申込 各日程3日前までにお申込み下さい

無料

【ぽこぽこ～親子の遊び場～】

*日時 9月19日(火) 午前10時～11時
*会場 根岸地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
*内容 リズム遊び、手遊び、簡単な工作など
*対象 2,3歳児を対象としたプログラム(対象年齢外の参加OK)
*申込 8/10(木)から窓口にて受付開始

無料

【のんびりんこ】 共催 根岸地区社会福祉協議会

*日時 9月26日(火) 午前10時～11時
*会場 根岸地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
*内容 親子で遊べるフリースペース
*対象 根岸地区在住の未就学児・保護者
*申込 当日、直接会場へお越し下さい

無料

カフェヴィータ
～地域みんなの憩いの場～

*日時 9月29日(金) 午後1時～3時
*会場 根岸地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
*対象 どなたでも
*費用 200円(お菓子と飲み物)

【健康チェックデー】

★身体と向き合う時間をつくりませんか?★

*日時 9月14日(木) 午前10時～11時30分
*会場 根岸地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
*内容 口腔ケアのおはなし
「あなたのお口大丈夫?」
*対象 健康に興味・関心のある方
*申込 当日、直接会場へお越し下さい

無料

【JOYくらぶ】

*日時 9月1・15日(金) 午前10時～午後3時
*会場 根岸地域ケアプラザ 2階 ボランティアコーナー
*内容 昼食づくり、工作、手芸、簡単な体操など
プログラム:お月見(予定)
*対象 ①概ね65歳以上の方
②ケアプラザまで歩いて来る事が出来る方
*費用 昼食代として実費負担があります
*申込 前日までにお電話でお申込み下さい

【オレンジ倶楽部】
～みんなで認知症を予防しよう!～

*日時 9月1日(金) 午後2時～3時30分
*会場 根岸地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
*定員 興味関心のある方
*申込 当日、直接会場へお越し下さい

無料

【超】初心者のためのパソコン相談室

*日時 9月13日(水) 25日(月) 午後1時～3時
*会場 根岸地域ケアプラザ 2階 ボランティアコーナー
*対象 パソコン操作超初心者の方
*申込 当日、直接会場へお越し下さい

お使いのパソコンをお持ち下さい
★アドバイザー(お手伝い)同時募集★

無料

【ミラクル☆ストレッチ講座】

*日時 9月2日(土) 午前10時～11時30分
*会場 根岸地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
*内容 セラバンド体操、脳トレなど(動きやすい服装でご参加ください)
★セラバンドをお持ちの方はご持参下さい★
*対象 体力維持・向上に興味のある方
*申込 不要・直接会場へお越し下さい

無料

よろず相談

<p>＜上町会館＞</p> <p>*日時 9月15日(金) *時間 午前10時45分～ *場所 上町3-12</p>	<p>＜西町会館＞</p> <p>*日時 9月14日(木) *時間 午後2時～3時 *場所 西町10-1</p>	<p>＜東町会館＞</p> <p>おやすみ</p>
--------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------	---------------------------

よろず相談は、地域包括支援センター職員が各会場へお伺いをいたします。皆さまからのご相談をお受けする他、ケアプラザからの情報をお届けいたします。ご希望に合わせて講話もいたします。

【健康相談】

*医師 林 武利氏(林クリニック 院長)
*日時 9月20日(水) 午後2時～4時
*場所 1階 相談室

無料

こ ん ち

発行 平成29年9月
横浜市根岸地域ケアプラザ
横浜市磯子区馬場町1-42
TEL 045-751-4801
FAX 045-751-4821



健康づくり

地域福祉保健計画 ハッピー根岸の事業として地域の健康づくりに取り組んでいます。毎月、第3木曜日「いきいき健康づくり」を実施しています。

ハッピー根岸【いきいき健康づくり】

*日時 9月21日(木) 午後1時30分～2時50分
*会場 根岸地区センター 体育室
*内容 リズム体操、ストレッチなど
*対象 体力維持・向上に興味のある方
*持ち物 室内履き・水分補給・タオル
*申込 不要・直接、会場へお越し下さい

無料

運動習慣を身に付けましょう!

認知症予防講演会 笑って防ごう認知症

「笑い」には、神経伝達物質の分泌を促し脳を活発に活動させる事により認知症予防、血糖値を下げる効果があると言われています。また「笑顔」には、肯定感、好意的な感情の世界が広がると言われています。「笑い」には、自分らしく幸せに生きる働きがいっぱいあります!

講師: 杉浦 史晃氏 (ふれあいサポート研究所代表)

日程: 10月5日(木) 午後2時～午後3時30分

場所: 根岸地域ケアプラザ 多目的ホール

対象: 65歳以上の方・先着50名

<無料>

申込: 9月11日(月)から電話または窓口にて受付いたします。

※駐車場はありません。公共交通機関をご利用下さい



◆訪問の家からのお知らせ◆

当法人への寄附金は、ご寄附をいただいた方の「所得税(国税)」の所得控除及び「横浜市の個人市民税」「神奈川県個人県民税」の寄附金税額控除の対象になります。(但し¥2,000を超えた額が控除対象です。寄附額¥2,001以上)
※ご不明な点は訪問の家 本部事務局(045-894-4640)へお問い合わせ下さい。