

ケアプラザ通信



▲ホームページ



講座案内



介護者のつと ほっこりクラブ

要事前申込

配食弁当の試食会と介護保険の勉強会

開講日：10月23日（水）

時間：10:00～12:00

参加費：無料

定員：10名



介護に関心のある方はどなたでも参加できます

転ばぬ先の杖 杖を知ろう！

要事前申込
参加費無料

杖の選び方と安全な使い方のポイント
杖の種類とメリット・デメリット
杖歩行のチェック・アドバイス

開講日：11月23日（土）

時間：10:00～11:45

定員：10名（先着順）

対象者：山下地区在住者

講師：リハラボBayWalking青葉
理学療法士 工藤氏



スパイス教室 スパイスインドカレー

要事前申込

スパイスの香りと薬効で元気に

開講日：10月26日（土）

時間：11:00～14:00

定員：10名（先着順）

参加費：700円

持ち物：エプロン、筆記用具

講師：VRACアーユルヴェーダ
アドバイザー
望月 聡子氏



初級編 3回コース スマートフォン講座

要事前申込
参加費無料

開講日：11月6日（水）写真の撮り方

11月20日（水）写真の保存先

12月4日（水）写真の整理方法

時間：10:00～11:45

定員：10名（連続して参加できる方）
（先着順）

対象：LINEを使っている山下地区在住者

持ち物：スマートフォン、筆記用具



緑区民まつり 2024 ～緑と森のフェスティバル～

10月20日（日）10時～15時 開催

（ステージイベントは10:30～15:00）

* 荒天の場合は中止または縮小開催

会場

- ◆ 県立四季の森公園 各種体験・展示、飲食・物販、こども動物園など
- ◆ 緑区役所 健康づくりエリア
- ◆ 緑公会堂 ステージイベント
- ◆ みどりーむ バルーンアート、おたのしみ工作
- ◆ 緑消防署 消防車両展示など

緑区役所に緑区地域ケアプラザのブースがあります。ぜひお立ち寄りください。

詳しくはこちらの
HPをご覧ください



講座参加の方は、マスクの着用をお願いします。体調不良の場合は参加を控えてください。

申込み・問い合わせ：横浜市山下地域ケアプラザ

TEL045-931-6275

活動報告



ピヨピヨひろば夏祭り&サマーコンサート



8月22日(木)に未就園児対象のピヨピヨひろば夏祭りを開催しました。

今年は恒例のお魚つりや水ヨーヨーつり、ピンポンボールの的当てに加えて、あらたにストラックアウトや輪投げがあり子どもと一緒にパパさん、ママさんも楽しんでいました。その他、工作コーナーで風鈴を作ったりスタンプラリーでおみやげをもらったり、楽しい一日になったと思います。

同日の11時からほなたでも参加できるサマーコンサートがあり、北八朔のアマチュアバンドMMモデラートの演奏がありました。懐かしい曲からこどもも歌える童謡までギターとピアノで演奏していただきました。



お魚つり



おみやげ屋台



ストラックアウト



サマーコンサート

みんなでつながる ハッピースロー



山下地区の障がい者事業所のみなさんの交流の場として、山下地域ケアプラザ主催で9月2日にポッチャ交流会を実施しました。今回は、みどり福祉ホーム、あおぞら、ワンドランの各事業所のみなさんにご参加いただきました。

Smile-ing代表の箕輪正美氏(愛称みのさん)を講師にむかえ、ポッチャと4色のボールを使ったスクエアポッチャを楽しみました。的のジャックボールに近づく様にゲーム終盤まで白熱した投球の連続でした。今後も開催を予定しています。



みどり福祉ホーム



あおぞら



ワンドラン



草取り作業

ボランティア募集中



山下地域ケアプラザでは、敷地内の草むしりをお手伝いいただける方を募集中です。

活動していただく時間は問いません。ご協力いただける方はご連絡下さい。



申込み・問い合わせ : 横浜市山下地域ケアプラザ TEL045-931-6275

広報紙「ケアプラザ通信」は山下地域ケアプラザのホームページからでもご覧いただけます。

