

2022 8月 東山田地域ケアプラザ

東山田地域ケアプラザでは、地域の活動、ケアプラザで行っているサークル活動等をご案内することが出来ます。お気軽にお問合わせください。介護保険等の日頃のご相談、ご要望、ご不明点についてもご連絡ください。(北見)



詳しくはお電話又はHPをご覧ください

ケアプラザ広報紙
2022年8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

一般

令和4年度介護予防普及強化事業



men's ボイトレ倶楽部

プロから体を使った発声方法や歌い方を学び、美声を響かせましょう

【講師】

末岡 聡一郎先生
(テノール)

9月～11月 第1・第4日曜日 10:00～11:30
(9/4・9/25・10/2・10/23・11/6・11/27)

- ◆場 所：東山田地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆対象者：男性のみ(おおむね65歳以上)
- ◆定 員：15名(事前申込み)
- ◆参加費：1回500円
- ◆持ち物：室内履き・筆記用具

お問い合わせは東山田地域ケアプラザまで

介護者

東山田地域ケアプラザ 介護者のつとめ

ほっと茶屋



8月23日(火)
13:00～14:30

場 所：東山田地域ケアプラザ 多目的ホール
対 象：介護者の方、介護を終えられた方、これから介護に入る方
持ち物：室内履き(スリッパ等)
定 員：15名
参加費：100円

9月は
27日(火)



一般

令和4年度介護予防普及強化事業

ウォーキング&フォト講座

ウォーキンググループと一緒に作りませんか!!
講師の方から正しい姿勢のウォーキングを学び、近隣コースを歩きながら、写真を撮りましょう!

全6回(すべて土曜日)

10/8・10/22・11/12・11/26・12/10・12/24
13:30～15:30ごろ ※終了時間は多少の変更あります

場 所：ビュープラザセンター北 集会所
対象者：おおむね65歳以上
定 員：20名(事前申込み)
持ち物：運動靴(室内用と外用)
カメラ又は携帯・汗拭きタオル・飲み物

参加無料

雨天決行

お問い合わせは東山田地域ケアプラザまで

一般

無料出張相談会

毎月15日は

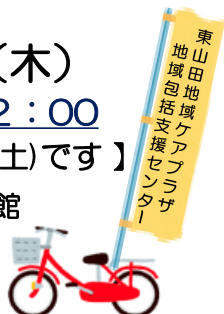
けあぷら茶ー

協力：すみれが丘町内会

東山田地域ケアプラザの専門相談員が、
無料でお答えします。

9月15日(木)
10:00～12:00
【10月は15日(土)です】

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



一般

南山田地区 民生委員による

カフェ越百(こすも)

地域包括支援センター職員がおりますので、お困りごとなどありましたら、お気軽にお声がけくださいね。

9月16日(金)
13:00～15:00

次回：10月21日(金)

場 所：南山田町内会館
対 象：どなたでも(南山田以外の方も参加可能)
費 用：100円(サロン参加費)

からだ相談会

地域の医療、リハビリ、介護の専門スタッフ、
東山田地域ケアプラザ職員による無料相談会です！

日時：9月3日(土)・13:00～15:00



会場：リハプライド・つづき
都筑区北山田1-1-35レーヴ北山田102号

対象：興味のある方、年齢性別問わずどなたでも

定員：15名

申込：予約制、9/1(木)までに下記へお電話下さい

~~~~~からだ相談会・測定会の申込連絡先~~~~~

☎045-548-8393 リハプライド・つづき(デイサービス)

- 医療・介護の専門職による**相談会**
- ケアマネージャーによる**介護保険の基本の講話**
- 福祉住環境コーディネーターによる**福祉用具や住宅改修の講話・福祉用具体験**

障がい・一般

## おさんぽカフェ in東山田

障がい児・者、ご家族、地域の方の交流の場「おさんぽカフェ」。令和4年度もまた、気軽に立ち寄れるカフェとして行っていきます。日頃感じている相談も受け付けております。お気軽にご参加下さい。

日時：9月3日(土) 10時～12時  
場所：東山田地域ケアプラザ 多目的ホール  
参加費：200円  
持ち物：室内履き(スリッパ等)  
お電話にてお申し込み下さい



子育て

## 都筑区赤ちゃん会

0歳児を対象に、手遊びなどをしながら仲間づくり・育児相談をしています。

**日時：9月16日(金) 10:00～11:00**  
**毎月第4金曜日開催(祝日は別日)**

場所：東山田地域ケアプラザ 多目的ホール  
対象：原則第一子お子さんになります。  
対象地域：東山田1～4丁目・東山田町・早淵3丁目  
※それ以外の地域の方は会場が異なりますのでお問い合わせ下さい。

参加費：無料  
持ち物：バスタオル・室内履き(保護者の方)

障がい

## アフリカンダンス

アフリカンダンスとは？

西アフリカ(ギニア・セネガル・マリなど)でアフリカ太鼓(ジャンベ・ジェンベ)の音に合わせて体全体を使って踊るアフリカの伝統的な舞踊です。

日時：9月24日(土)・16:30～17:30  
場所：東山田地域ケアプラザ 多目的ホール  
参加者：自閉症・発達障害のある方

10名まで

参加費：500円/1回  
持ち物：タオル、水分・室内履き(スリッパ等)  
服装：動きやすい服装(はだして踊ります。)

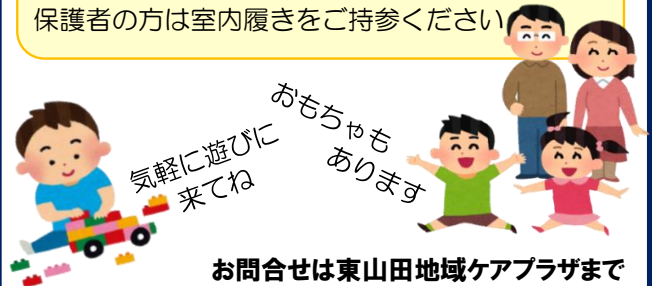


子育て

## 子育て支援相談会

不安なことや困りごとなどお気軽にご相談ください。

毎週木曜日(祝日以外) 10時～11時半  
**予約不要・参加費無料**  
保護者の方は室内履きをご持参ください



お問合せは東山田地域ケアプラザまで

《ケアフラギャラリー》～今後の予定～

- 8月 絵手紙作品 木蔦 洋子さん
- 9月 かな書道作品 綾の会



急遽中止となることがあります。詳細はケアプラザまでお問い合わせください。皆様の参加をお待ちしております。

★ケアプラザへお越しの際は室内靴をご持参下さい。  
※当ケアプラザでは個人情報保護法を遵守しています。