

こんにちは♪

介護相談窓口

横浜市十日市場地域ケアプラザ

第89号

です!

発行日：平成25年9月1日

横浜市十日市場地域ケアプラザ

発行責任者 森 幸雄

横浜市緑区十日市場町 825-1

電話 985-6321

ホームページ：<http://kyosaikai.jp/tokaichiba-cp/>

地域ケアプラザは、地域の身近な福祉の相談施設です。ぜひご相談ください。

消防訓練のお知らせ

日時：9月17日(火)11時30分から12時30分

「緑図書館・緑ほのぼの荘・十日市場地域ケアプラザ 三館合同消防訓練」を行います。

安全環境を確保する訓練です。地域のみなさま、ご利用者のみなさまにはご協力の程よろしくお願い致します。

当日、開館しておりますが、訓練中、館内放送や緊急サイレンが鳴り、ご迷惑をおかけしますが、ご容赦下さいますようよろしくお願い致します。

救命救急講習会

いざという時に役立つ救命方法を学びましょう!!

成人及び小児(約1歳以上～約8歳未満)、乳児(約12ヶ月まで)に対する心肺蘇生法と成人及び小児のAED(自動体外式除細動器)使用方法などを学びます。

日時：平成25年10月8日(火)10:00～11:30

対象：地域にお住まいの方

定員：20人(先着順)

場所：十日市場地域ケアプラザ 多目的ホール

費用：無料

持ち物：筆記用具

服装：動きやすい服装でお越しください

講師：緑消防署十日市場出張所 中本 繁一所長

申込み：9月9日(月)募集開始 電話または直接来所にて申込みください

【申し込み・問い合わせ先】

横浜市十日市場地域ケアプラザ 地域包括支援センター・地域活動交流事業

担当：荻野・渦原・安藤・樋口 電話：985-6321



地域包括支援センターより

『地域包括支援センター』って何するところ??

→ 皆様のいろいろな相談をお受けする窓口です!

- ① 介護保険はどうしたら受けられるの・・・?
- ② 心配な高齢者がいるがどこに相談したらいいの・・・?
- ③ いつまでも元気でいるためにはどうしたらいいの・・・?

◇ ぴちぴち健康教室、開催します!! ◇



いつまでも元気でいるために・・・介護予防について、各専門家の先生による講義や実技を行います。11月8日(金)から4回コースで、体操、口腔ケア、栄養、認知症予防などについての内容を予定しています。詳細については、下記連絡先までお問い合わせ下さい。皆さまのご参加お待ちしております!!

《いつまでも元気で～♪》

◇ ぴちぴち健康教室 ◇

日時：11月8日(金)～11月29日(金)の毎週金曜日
9:30～11:30

場所：十日市場地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

費用：無料

定員：20名(応募者多数の場合、抽選)

申込：9月1日 から

来所またはお電話で、
お申し込み下さい!



荻野・渦原・安藤
TEL : 045-985-9034



よちよち園A 参加者募集!

おおむね2歳以上の未就園時を対象とした親子交流プログラム・ミニサロンを実施します。たくさんのお友達を作りたい方、ぜひご参加下さい。

日 程：10月17日、11月7日、11月21日、12月5日
12月19日、1月16日、2月6日、2月20日 の全て木曜日

時 間：10:00~12:00

参加費：無料

定 員：20組

(応募多数の場合は抽選とさせていただきます。)

募集期間：9月1日(日)から9月30日(月)まで

申込み方法：窓口か、電話での申込みになります

申込先：十日市場地域ケアプラザ 担当：樋口 電話：985-6321



十日市場地域ケアプラザ 子育て支援事業のご案内

『よちよち園B』

日時：毎月第2、第4(月)10時~14時

※ 祭日および年末年始を除く

場所：横浜市十日市場地域ケアプラザ

対象：0~5歳の親子

利用料金：無料

内容：多目的ホール(フリースペースによる遊び場、授乳コーナー)およびボランティアコーナー(休憩コーナー、計測コーナー)をご利用できます。

来る時間、帰る時間は自由です。

気軽にお立ち寄りください。

また、申し込み不要ですので直接お越し下さい。

ボランティアコーナーでの飲食ができますので(ゴミは持ち帰り)、昼食および休憩時にご利用ください。

『よちよち園S』

日時：毎月第4(木)10時~12時

※ 祭日および年末年始を除く

場所：横浜市十日市場地域ケアプラザ

対象：歩き出す前まで(ハイハイまで)の親子を対象としています。

利用料金：無料

内容：多目的ホールにお話、遊びの場と計測コーナー、授乳コーナーがあります。

来る時間、帰る時間は自由です。

気軽にお立ち寄りください。

また、申し込み不要ですので直接お越し下さい。



