

10月イベント情報

【発達支援ルームHonu Club】
 *日時 **10月11・25日** (火) 午前9時～午後1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、学校、勉強、友人関係など
 悩んでいる親子を対象にご相談を受付けます
 *申込 各日程**3日前まで**にお申込み下さい
 ★次回以降★
 実施：11月8・22日(火) 午前9時～午後1時

【びよびよちゃん劇場 ～おはなし会～】
 *日時 **11月4日** (金) 午前11時～11時30分
 *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/先着10組
 (定員になり次第締め切り)
 *内容 絵本の読み聞かせ、指人形、手遊びなど
 *申込 **10/11** (火) 午前9時より電話にて受付中
 おはなし会終了後12時までお部屋を開放します。ご自由にお過ごしください。
 絵本コーディネーターからおすすめの本を教えてくださいませんか？
 ★次回以降★
 実施：12月2日(金) 午前11時～11時30分
 申込：11月10日(木) 午前9時より電話にて受付開始

～親子の遊び場～【ぼこぼこ】
 *日時 **10月21日** (金) 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
 *申込 **9/10** (土) から電話にて受付中
 ★次回以降★
 実施：11月18日(金) 午前10時～11時
 申込：10月11日(火) 午前9時より電話にて受付開始

【ロビーDEコンサート】
 *日程 **10月12日** (水) 午前11時～12時
 *会場 根岸地区センター・体育室
 *内容 **ゴスペルコンサート**

 *申込 不要・直接会場へお越しください
 ★次回以降★
 ●11月9日(水) 午前11時～12時●
 「鍵盤ハーモニカ演奏会」

出張相談会について…
 ケアプラザ職員が「西町会館」へお伺いし出張相談会を実施しています。出張相談会ではご希望に合わせた講義を行っています。
 ご希望の方はケアプラザまでお問合せください。
 < 包括支援センター：045-751-4801 >

【薬剤師さんに聞く お薬の話と感染予防】
 *日時 **11月7日** (月) 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 冬季感染症・薬の正しい飲み方
 手洗いの注意と効果・簡単にできる消毒液
 一緒にやってみよう手指消毒
 *講師 千葉 慶一氏 (けやき薬局・薬剤師)
 木村 泰輝氏 (けやき薬局・薬剤師)
 *対象 65歳以上・地域にお住まいの方・先着20名
 *申込 **10/24** (月) 午前9時より電話にて受付開始

【笑って健康ケセラセラ】
 *日程 **11月1日** (火) ※毎月第1火曜日
 *時間 午前10時30分～11時30分
 *会場 根岸地域ケアプラザ2階 多目的ホール
 *脳トレリーダー **ほんもくケセラセラ**
 *内容 頭のストレッチ・脳トレ・うた 他
 *定員 先着18名 (定員になり次第締め切り)
 *申込 **10/19** (水) より電話にて受付開始
 ★次回以降★
 実施：12月6日(火) 午前10時30分～11時30分
 申込：11月16日(水) 午前9時より電話にて受付開始

【頭と体の簡単ストレッチ】
 ～身体をつくる「食」のおはなし～
 *日時 **10月27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 座ってできる簡単ストレッチ
 身体をつくる「食」のおはなし

 *対象 65歳以上の方・先着10名
 *申込 **9/28** (水) から電話にて受付中

【健康相談】
 *医師 林 武利氏 (林クリニック 院長)
 *日時 **10月5・19日** (水) 午後2時～4時
 *会場 根岸地域ケアプラザ1階 相談室<予約要>

こ ん ち
 発行 令和4年10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

アロマボランティア養成講座

アロマオイルを使った地域で活躍するボランティアさんの育成を行います。
 ボランティア活動に興味がある方、一緒に活動しましょう！

- <第1回> 11/1 (火) ボランティア活動 アロマオイルについて
- <第2回> 11/8 (火) アロマオイルの効果 マッサージ体験・練習
- <第3回> 11/15 (火) マッサージ練習
- <第4回> 11/22 (火) ボランティア体験
- <第5回> 11/29 (火) これからの活動

時 間： 午後1時30分～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： 全ての日程に参加できる方・先着10名
 申 込： **10/11** (火) から電話または窓口にて受付開始
 参加費： **3,375円** (資料代・オイル代・容器代 ※駐車場はありません。公共交通機関をご利用下さい)

「なごみの会」8月に発足しました

「なごみの会」とはケアプラザと共に地域に向けて、認知症に関する正しい理解と知識を広めていく事を目的としたボランティアグループです。メンバーは認知症サポーター養成講座を受講された方々で、今後、ケアプラザが同講座を開催する際、一緒に関わって頂く事になっています。
 さっそく、なごみの会の皆様にご協力を頂いて下記の日程にて講座を開催いたします。



【認知症のある人に寄り添うヒント】
 *日時 **11月7日** (月) 午後3時30分～5時
 *会場 根岸地域ケアプラザ2階 多目的ホール
 *対象 地域のお住まいの方
 *定員 先着20名
 *申込 **10/17** (月) 午前9時より
 電話にて受付中

なごみの会では、認知症の理解、啓発活動と一緒にして下さる仲間を募集中です。
 興味のある方はケアプラザへご連絡下さい

皆さまのご参加をお待ちしております