

6月イベント情報

【びよびよちゃん劇場 ~おはなし広場~】

*日時 6月1日・7月6日(金)
*時間 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
*申込 当日、直接会場にお越し下さい



無料

【ぼこぼこ~親子の遊び場~】

*日時 6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 5/10(木)から窓口にて受付中

無料



【うたひろば】~歌って健康になりましょう~

*日時 6月19日(火) 午後1時30分~3時30分
*会場 根岸地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
*内容 昭和歌謡曲・昭和流行歌・CMソングなど
*対象 歌の好きな方
*申込 不要・直接会場へお越し下さい



無料

カフェウィータ

*日時 6月29日(金) 午後1時30分~午後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)

今月のプログラム

オカリナ演奏



【ミラクル☆ストレッチ講座】

*日時 6月16日(土) 午前10時~11時30分
*場所 根岸地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
*対象 運動初心者向け・軽い運動を始めたい方
*内容 ①セラバンド体操 ②棒体操 ③脳トレ ④座ったままでストレッチ など
★セラバンドをお持ちの方はご持参下さい
*申込 不要・直接会場へお越し下さい
(動きやすい服装・室内履きでご参加ください)



無料

【ちょこっと講座 ~生活お役立ち情報~】

*日時 6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 「食中毒予防とカビの話」
*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 6月1日(金) 午前10時~12時
(※手芸、工作、折り紙など 作品づくり)
6月15日(金) 午前10時~午後1時
(※調理を通して健康づくり)
*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 ①概ね65歳以上の方
②会場まで歩いて来る事が出来る方
*費用 材料費として実費負担があります
*申込 前日までに電話でお申し込み下さい

【発達支援ルームHonu Club】

☆「その子らしさ」を大切に☆
*日時 6月7日(木) 午後1時~午後5時
26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、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
*申込 各日程3日前までにお申し込み下さい

無料

【選んで作れる ビーズアクセサリ】

*日時 6月9日(土) 午後1時30分~3時
*場所 根岸地域ケアプラザ 2階 ボランティアコーナー
*対象 手芸・ビーズがお好きな方 先着15名
*費用 300円(材料代)
*持ち物 めがね(必要な方、細かな作業があります)
*申込 月 日から電話または窓口にて受付開始

【筋力アップ&柔軟な身体づくり講座】

*日時 6月16日(土) 午後1時30分~3時
*場所 根岸地域ケアプラザ 2階 多目的ホール
*対象 ストレッチではもの足りない方
しっかりと負荷をかけた運動が出来る方
*内容 筋力トレーニングを中心とした体操
*申込 不要・直接会場へお越し下さい
(動きやすい服装・室内履きでご参加ください)

無料

【健康相談】

*医師 林 武利氏
(林クリニック 院長)
*日時 6月20日(水)
午後2時~4時
*場所 1階 相談室

無料

<上町会館>

おやすみ

<西町会館>

*日時 6月14日(木)
*時間 午後2時~3時
*場所 西町10-25

<東町会館>

*日時 6月23日(土)
*時間 午前10時~11時
*場所 東町9-6

よろず相談は、ケアプラザ職員が各会場へお問い合わせいたします。皆さまからのご相談をお受けし、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。

よろず相談

こんち

発行 平成30年6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

ロビーDEコンサート

★日程 6月26日(火)
★時間 午前11時~12時
★出演 YOKOHAMA JEWEL VOX
★指揮 生貝 隆氏
★内容 ゴスペル披露

★日程 6月9日(土)
★時間 午前11時~12時
★演奏 橋本 麻也加氏
★内容 マリンバ演奏

【共催】

根岸地区センター
751-4777
根岸地域ケアプラザ
751-4801

【会場】

根岸地区センター
ロビーホール

【申込】

不要
直接会場へ

【対象】

地域に
お住いの方

介護者の皆様! 「介護マーク」をお貸しします

磯子区版「介護マーク」ができました。この「介護マーク」は、外出の際、特に異性の方等を介助している時に掲示する事で周囲の方に介護中であることを理解していただくことを目的に作られました。

マグネットで多機能トイレのドアや壁に貼り付けて使うタイプ(A4/A5サイズ)と、ネックストラップタイプの2種類用意があります。

ご希望の方に貸し出しをしています。お気軽に根岸地域ケアプラザの包括支援センターにご相談ください。

他にも包括支援センターでは「知っとく介護セミナー(奇数月最終土曜日)」や「ちょこっと講座(毎月第2木曜日)」「耳より広場(スポット開催)」で情報を発信しています。皆様の参加をお待ちしています。

包括支援センター
より



◆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。