

8月イベント情報

【発達支援ルームHonu Club】**無料**
おやすみ
 ★次回…9月8日(火)午前9時～午後1時
 相談日の3日前までにご予約ください。

【ぽこぽこ～親子の遊び場～】
 ＊日時 8月18日(火)午前10時30分～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
 ＊定員 先着5組(※定員になり次第締め切り)
 ＊対象 2,3歳児を対象としたプログラム
 ＊申込 7/10(金)午前9時より **無料**
 窓口にて受付開始

【ぴよぴよちゃん劇場～おはなし広場～】
 ＊日時 8月7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
 ＊定員 先着10組
 (定員になり次第締め切り または 開催3日前締切)
 ＊申込 7/10(金)より電話または窓口にて受付開始 **無料**

【やさしい健康太極拳&ツボマッサージ】
 ＊日時 8月6・20日(木)午後3時～4時
 ＊会場 根岸地域ケアプラザ 2階多目的ホール
 ＊講師 本田 唯人氏 (鍼灸マッサージ師) (日本車椅子太極拳連合会々長)
6日:やさしい太極拳
20日:セルフツボマッサージ
 ＊定員 先着12名(定員になり次第締め切り)
 ＊申込 7/22(水)午前9時より
無料 電話または窓口にて受付開始
 (動きやすい服装・室内履きでご参加ください)

＜お願い＞
 ケアプラザ主催、**全ての事業は事前申込制**となります。**各事業、申込開始日が異なります。**
 ご確認のうえお申し込みください。
 なお、参加の際は必ずご自宅で「検温」をしていただき「室内履き」をご持参ください。
 ひとり、ひとりの行動が新型コロナウイルス感染予防につながります。
 ご理解、ご協力お願いいたします。

【ちょこっと講座～生活お役立ち情報～】
 ＊日時 8月13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 **「骨密度・体組成測定」**
 ＊対象 健康に興味・関心のある方
 ＊定員 先着14名
 ＊申込 7/27(月)午前9時より **無料**
 電話または窓口にて受付開始

【笑って健康ケセラセラ】
8月おやすみ **無料**
 ★次回日程★
 日時:9月1日(火)午前10時30分～11時30分
 申込:8月18日(火)午前9時より電話または窓口受付

【動かしやすい身体づくり講座】
 ＊日時 8月1日(土)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
 ＊対象 定期的な運動はしているが体が固い方
 ＊内容 筋肉を柔らかくする身体づくり **無料**
 ＊申込 7/17(金)午前9時より
 電話または窓口にて受付開始
 (動きやすい服装・室内履きでご参加ください)

【ミラクル☆ストレッチ講座】
 ＊日時 8月7日(金)午後1時30分～3時
 ＊会場 **根岸駅前ビル(西町11-8)集会室**
 ＊対象 **運動初心者向け**
 軽い運動から始めたい方
 運動をしばらくお休みされていた方 **無料**
 ＊内容 ストレッチを中心とした運動
 ＊定員 先着12名(定員になり次第締め切り)
 ＊申込 7/16(木)午前9時より
 電話または窓口にて受付開始
 (動きやすい服装・室内履きでご参加ください)

【健康相談】 **無料**
 ＊医師 林 武利氏(林クリニック 院長)
 ＊日時 8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<予約不要>

カフェヴィータ
当面の間、中止いたします

ケアプラザ職員が「上町会館」「西町会館」「東町会館」へお伺いし出張相談会を実施しています。
 また、ケアプラザからの情報のお届けご希望に合わせた講話も行っています。
 日時等詳細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 >

こんち

発行 令和2年8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

おやこ DE あそぼ

＊日程 9月29日 10月13・27日(火) 午前10時～10時30分
 ＊場所 根岸地域ケアプラザ2階 多目的ホール
 ＊内容 簡単な工作・リズムあそび・絵本の読み聞かせ・親子ふれあい遊び など
 ＊対象 2～3歳児・保護者
 ＊定員 先着5組(定員になり次第締め切り または 開催4日前締切)
 ＊申込 9/1(火)午前9時より電話または窓口にて受付開始
 ※全日程は参加できません。ご希望日程を選択しお申し込みください。

無料

被害総額 約1億6600万円!

令和元年度の磯子区の特種詐欺(おれおれ詐欺等)
 の被害総額です (神奈川県警察 磯子警察署HPより)

磯子区は狙われている!

注意 令和2年1月～3月では、神奈川県内で磯子区が
 最も詐欺被害の件数が多いことが判明!

注意 カードを預かると言われたら全て詐欺

◆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となります。(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。)