

# ケアプラダより



令和5年8月1日発行 第117号  
社会福祉法人 中川徳生会  
横浜市加賀原地域ケアプラザ  
発行責任者 | 所長 五十嵐 徳

## 講座・イベントのお知らせ

※特に注記のない限り、会場は、**加賀原地域ケアプラザ**です。

対象:どなたでも <地域包括支援センター>

### おひとりさまの終活講座

要申込

9月11日(月) 認知症について

「認知症になる前に知っておくべきこと」

10月9日(月) お金の管理や介護手続きは誰に頼む?

「成年後見制度」

■10時~12時 ■定員 | 30名程度 ■参加費 | 無料

■講師 | 角川 衆一氏(税理士角川衆一事務所)・

横浜地方法務局 遺言書保管官・加賀原地域ケアプラザ 社会福祉士



### ポールウォーキング体験会(2回コース)



日時 | 10月11日(水) 9時半~11時45分

10月18日(水) 雨天は室内で行います

参加費 | 100円(ポールレンタル代・ポール持参の方は無料)

定員 | 15人~20人程度

要申込

服装 | 動きやすい服装・タオル・飲み物・薄い手袋

両手の使えるサブリュック・雨具(カッパ)

講師 | 都筑ポールウォーキング振興会 東 普氏

連続講座

### 50代からのメイクレッスン

10/5、19、11/2、16、12/7(全5回)

時間 | 各回 10:30~12:30

対象 | 50才以上の方 先着 10名

参加費 | 500円/回

持ち物 | フェイスタオル3枚、スキンケアの道具、  
自分のメイク用品、上履き

講師 | 清水 裕子氏

(クリエイティブスタジオ凛 スタイリングアーティスト)

※商品のおすすめ、販売は一切ありません。

要申込



~健康寿命をのばそう~ 介護予防普及啓発事業

### その食べ方で大丈夫? お口のケアと栄養学を学ぶ



日時 | 10月25日(水) 10時~12時

要申込

場所 | 介護老人保健施設「わかたけ都筑」カフェコーナー  
都筑区川和町19-1(川和町オーケーストア横)

講師 | 柳橋歯科衛生士・山崎管理栄養士 参加費 | 無料

### グラウンドゴルフ用クラブ 集めています

デイサービスで活用させていただき  
ます。  
ご不用なクラブがありましたら、  
ぜひご連絡ください。



対象:中学生以上

### 気ままに 英会話



学生の方、社会人の方、  
どなたでもお気軽に

要申込

9月12日・10月10日・11月14日

12月12日・1月9日・2月13日

すべて第2火曜日 16時30分~18時

■参加費 | 200円/回

■講師 | 福永 加奈女氏

連続講座ではありません。

1回のみ参加も可能です。

### 介護者のつどい

毎月第4木曜日開催

介護について日ごろの思いや悩みなど、お話してみませんか。

■日時 | 8月24日(木)・9月28日(木)

13時30分~15時

要申込

■参加費 | 無料



<お申し込み・お問い合わせ>

横浜市加賀原地域ケアプラザ 受付時間:9時~17時

横浜市都筑区加賀原 1-22-32

☎ 045-944-4640(代) Fax 045-944-4642

加賀原地域ケアプラザ 地域包括支援センターは、  
高齢者の皆様を支える「相談窓口」です

福祉や保健の専門職が、介護、健康・福祉・  
医療に関する事などの相談に応じます。  
ご希望の方は訪問もいたします。



ご相談は お電話一本 お気軽に!

地域包括支援センター

相談専用☎ | 045(944)4641

月~土曜日...9時~18時

日曜、祝日...9時~17時

※年末年始を除く

※相談時間以外は専用コールセンターに転送されます

ご来館の際は、  
事前にお電話  
ください。



<担当エリア>池辺町・加賀原・川和台・川和町・佐江戸町・二の丸

2023年度の べるえきっぷ

べるえきっぷは障害のある方の余暇活動事業です

かがはら畑部 秋冬コース(全4回)

～無農薬野菜の栽培・農業体験～

10月14日・11月11日

12月9日・2月10日 (2月はイベント)

すべて第2土曜日 10時～12時

★畑で販売されているお野菜の購入ができます

■対象 | どなたでも 先着10名

■参加費 | 200円/1回1組

■持ち物 | 軍手・タオル・飲み物

■場所 | 都筑ハーベストの畑(池辺町)

10時にケアプラザ集合→歩いて畑に向かいます(徒歩15分)

※現地集合も可

協 力: 都筑ハーベスト

要申込



アトリエかがはら(全6回)

要申込

～様々なアート作品を作りましょう～

9月23日(土・祝) 13時～15時

9月は ～石に絵を描こう～

11月25日・1月27日・3月23日(土)

★毎回、異なったアート作品を作成します

■対象 | 中学生以上 先着10名

■参加費 | 300円/1回

■持ち物 | 上履き・汚れても良い服装で

■講師 | 画家 酒井幸子氏

協 力: 放課後等デイサービスおもちゃ箱つづき



対象: 妊婦とそのパートナーの方

要申込

もうすぐ始まる  
赤ちゃんとの生活  
両親教室



助産師さんによる出産の準備や産後、赤ちゃんとの過ごし方のお話や、人形を使った沐浴・おむつ替えを体験します。

10月1日(日) 10時～12時

■定員 | 5組 (要申込・先着順)

■講師 | 助産師 内山 京子氏

9月1日より申し込み受付開始

9月30日17時しめきり

妊婦さんだけの参加も歓迎です。

カプカプ川和  
出張喫茶



8月29日(火) 12時～14時

カレーライス、コーヒー

テイクアウトもOKです!

お子様連れ大歓迎!  
紙芝居や読み聞かせも  
あります♪

藤原先生のお絵描きワークショップ



都田小コミュニティハウス	7月31日(月)	941-9522
川和小コミュニティハウス	8月21日(月)	934-8666

布に絵を描いてマスコットを作ります

時間 | 13時～15時 材料費 | 600円 定員 | 10名

対象 | 小学生 持ち物 | ハンカチ・水筒・上履き

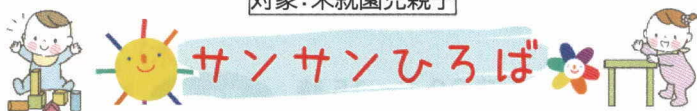
講師 | 藤原直美氏(カプカプ川和)

要申込

※各会場へ直接お申込みください

ケアプラザ子育てイベント情報

対象: 未就園児親子



自由遊びにお部屋を開放しています。おもちゃもあります。

毎月第2、第4木曜日 10時30分～12時

8月10日・24日、9月14日・28日

サンサンひろばに支援者さんが来ます

8/24 「親と子のつどいの広場 かわわ」

9/28 「子育て支援センター  
ポポラサテライト」



子育て支援者会場

対象: 未就園児親子

毎週火曜日(祝日を除く) 10時～12時

■定員 | 8組 (当日先着順)

<主催: 都筑福祉保健センター こども家庭支援課>



赤ちゃん会 対象: 0歳児親子

毎月第4水曜日 10時～11時

9/27(水) 8月はお休みです

※バスタオルをお持ちください

<主催: 都筑福祉保健センター

こども家庭支援課>

佐江戸「すくすくサロン」でも  
「赤ちゃん会」始まりました!

毎月第3水曜日



詳しくは  
こちらへ  
→

すくすくサロン HP

<お申込み・お問合せ> 横浜市加賀原地域ケアプラザ 横浜市都筑区加賀原 1-22-32

電話 045-944-4640(代) Fax 045-944-4642

受付時間: 9時～17時 ★駐車場に限りがありますので、公共の交通機関でご来館ください。