



発行・問合せ
浅間台地域ケアプラザ
横浜市西区浅間台6番地
電話 045-311-7200
FAX 045-311-8357

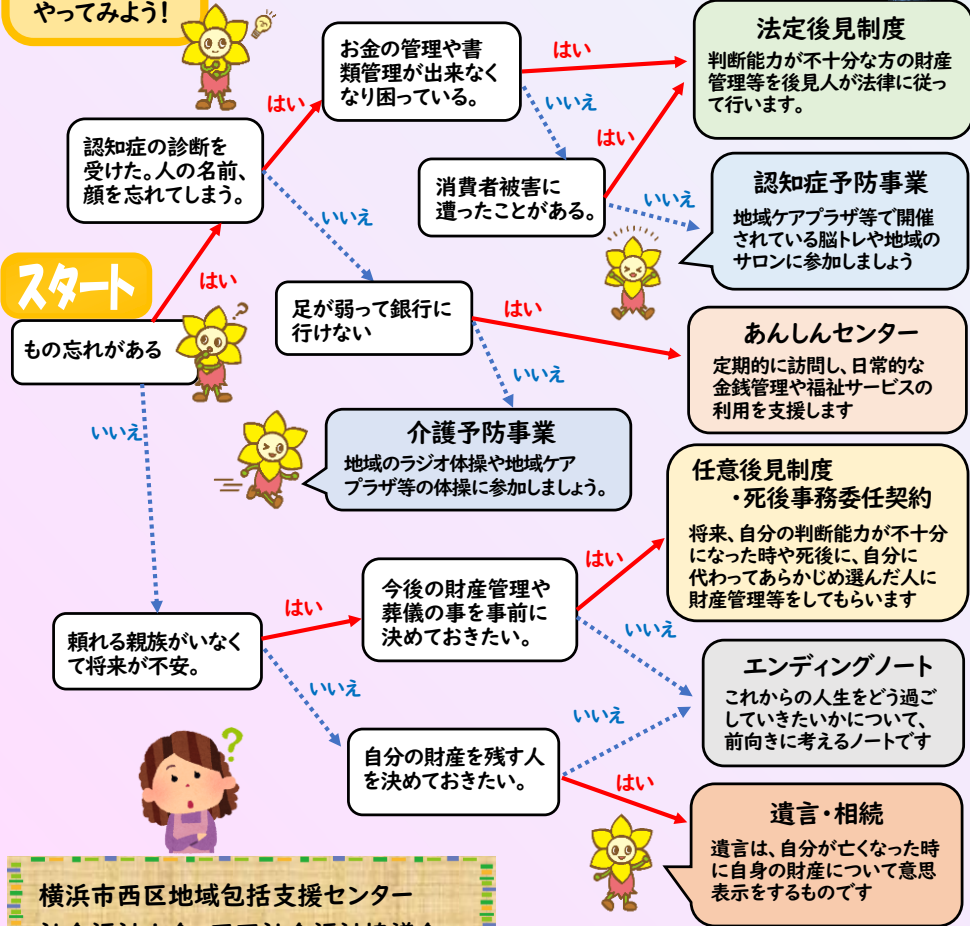
地域包括支援事業

毎日過ごしている中で「あれ？何だっけ？」なんて事ありませんか？



下のフローチャートを参考に
今の自分に合った支援方法をたどってみてください。

フローチャートを
やってみよう！



横浜市西区地域包括支援センター
社会福祉士会・西区社会福祉協議会

※2022年11月発行パンフレットより転記

パンフレットもご用意しております。
気になる事、聞いてみたい事などございましたらお気軽に問合せ下さい。
担当 地域包括支援センター 野沢

生活支援体制整備事業

はじめてのウクレレ教室

はじめてのウクレレ教室を4月22日、5月8日に「にこにこはうす」で開催しました。

60～80代の9名が参加。全員、初めてウクレレをさわりましたが、皆で「静かな湖畔」や「ちようちよう」、「よるこびの歌」など弾きながら歌ったり、2パートに分けて合奏したり、楽しく演奏することができました。



弦を押さえるのに、普段あまり使わない手や指を使うことなど、かなり脳トレになったと思います。

講師の川瀬先生が優しく、アットホームな雰囲気楽しんでくれてあっという間に1時間半が過ぎていました。



皆さんも、試してみませんか？不器用な私でも大丈夫でしたよ。歌って、指を動かして介護予防にピッタリだと思いました。初めてでも、いつからでも始められます。「サークルとして続けていきたいね」と話しています。興味を持たれた方は、ご連絡ください。

地域交流事業

「脳いきいきトレーニング」日程変更のお知らせとお詫び

～変更日～
7月11日(火) × ⇒ 7月18日(火)
9月12日(火) × ⇒ 9月5日(火)
10月10日(火) × ⇒ 10月17日(火)

開催日の変更があります。ご迷惑おかけいたしますが、よろしくお願いいたします。



参加者急募! 絵手紙教室

【日時】第4月曜日 10:00～12:00
令和5年5月22日・6月26日・7月24日
9月25日・10月23日・11月27日
令和6年1月22日・2月26日・3月25日

【持ち物】上履き・顔彩(あれば可)
【参加費】300円
【場所】浅間台地域ケアプラザ
【募集人数】2名
(欠員により募集)



お申込み、お問合せはお気軽に地域交流まで

【お知らせ】同居のご家族など身近に体調不良の方がいる場合、講座・貸室の利用はご遠慮下さい。

日	月	火	水	木	金	土
6月				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10 貸室 パソコンに親しむ会
11	12	13 脳トレ 折り紙	14 親子であそぼ	15	16	17 貸室 つく食べ会
18 貸室 フードパントリー	19	20	21 役立つサロン	22	23 ふみの会	24 貸室 パソコンに親しむ会
25	26 絵手紙講座	27 脳トレ 折り紙	28 簡単ものづくり クラブ	29	30	

新型コロナウイルス感染症の状況により、講座日程が変更もしくは中止になる場合もございますのでご了承ください。