



あさがおつうしん

10月号

毎年恒例となりました「ふれあい交流展」を、今年も開催いたします。
みなさまのご参加をお待ちしております。

ふれあい交流展

曜：11月23日(日)~24日(月) 場所：上白根地域ケアプラザ

内容：皆さまからご応募いただいた作品の展示 / 各種イベント

作品の募集

絵画、書画、俳句、写真、手作り小物などの
展示作品を募集しています。

お一人さま2点まで 募集期間：11月14日(金)~21日(金)
お手数ですが上白根地域ケアプラザ窓口までお持ちください。

交流展 イベントのご案内

いずれも11月14日(金)までにお電話
または窓口にてお申込(先着順)

23日(日)

11:00~12:00
**ハンドマッサージ
オイル作り**

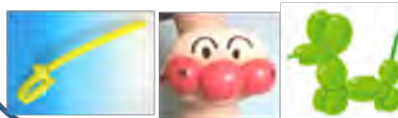
対象:20歳以上の方
費用:400円
人数:15名程度
内容:オイルづくりと
セルフマッサージ



24日(月)

10:30~12:00
**バルーンアートで
作ってみよう**

対象:未就学児・小学生
費用:無料
人数:20名(組)程度



13:30~15:30
**アレンジメント
フラワー作り**

対象:20歳以上の方
費用:1,000円
人数:10名程度
講師:華月流 榎本汀苑氏
内容:ペットボトルを
使ったアレンジ



コーヒー喫茶店 開店

ふれあい交流展の両日、13:30~15:30に
コーヒー喫茶を開店します! 午後のひと時に挽きたての
一杯をお楽しみください。(両日先着20名程度) 1杯:100円





味噌作り講座

毎日に食生活に欠かせない
お味噌で健康作り

日時：11月4日(火) 13:30~15:30

【講師】
創業200年
こだわりの
製法と味の
川口糀店

瀬谷区で開業し、地元の方に親しまれている
川口糀店の9代目から、こだわりの味噌づくりを
伝授してもらいます。
こだわり抜いた材料で、安心した食材で食生活
を考えてみませんか？



味噌



米：京都府京丹後市大宮町五十河地区
特別栽培米；こしひかりを使用します。
大豆：北海道産 秋田大豆；キタムスメを使用します。

参加費：1,000円（材料費および保険代として）

内容：味噌作り（約2キログラムの味噌がお持ち帰りできます！）

対象：20歳以上の方 持ち物：エプロン・三角巾・タオル

※持ち帰り用タッパーは、川口糀店さんが用意して下さいます。

講師：川口糀店 川口 恭（たかし）氏（9代目）

定員：10名 ※応募多数の際は抽選

締切：10月25日（土）（電話951-3966）

※10月28日（火）までにご連絡がない場合にはご参加いただけません。

ご寄附のお願い

募集期間 10月1日(水)~31日(金)



コーヒーカップ&ソーサー募集



♪ コーヒーボランティアの方たちが、地域みなさんに素敵なカップで美味しい
コーヒーを飲んで楽しい時間を過ごしてもらいたいと「ぷらざ・かふえ ゆるり」
（毎月第2火曜PM）でコーヒー喫茶を開店しました！

ご自宅に未使用のコーヒーカップ&ソーサーがありましたらご寄付をお願いします。
⇒お問い合わせはケアプラザ（☎951-3966）まで

交流展 追加イベントのお知らせ

ぜひ、いらしてくださいね。

23日(日)

☆辻のあかい

11:00~コロッケ&紙すき製品販売

24日(月)

☆麦の丘

11:30~パン販売

こちら「地域包括支援センター」です

～ 福祉用具等の貸し出しについて ～

見て納得の
“福祉便利情報”

をご紹介します!



上白根地域ケアプラザでは、担当エリアに在住している
皆さまを対象に**福祉用具等の貸出**を行っています。ぜひご利用ください。

○貸出できる種類

- (1) 車イス（自走式、介助式）
- (2) 入浴用イス（背もたれあり、背もたれなし）
- (3) 杖（四点杖、T字杖）
- (4) ポータブルトイレ
- (5) 歩行器
- (6) 入浴台（浴槽への出入りを安全に行う用具 大小あり）
- (7) 高齢者疑似体験セット
- (8) おもちゃ

○貸出期間 貸出日の翌日から7日以内

※貸出終了日より更に継続して貸出の更新を
する場合は再度手続きが必要です。

※更新は1回限りとなります。



○利用料金 無料

○利用方法

電話もしくは来所にて申込みください。（来所時、貸出申込書に記入頂きます）

※貸出状況により、希望する福祉機器を貸出できない場合があります。

※原則、福祉用具の運搬は行いません。お申し込みの皆さんに行って頂きます。

但し、運搬手段がない等事情がある場合はご相談ください。

※担当エリアがご不明の場合はご連絡ください。（951-3966）

ぜひご利用ください！10月の「もの忘れ&健康相談」

10月の開催日は次の通りです。お気軽にお越しください。
先生のご都合で日程が変更になる事があります。
念のため、ご来館の際はケアプラザまでご連絡ください。

- ◎日 時 : 10月1・8・22日 各水曜日
午後1時30分～午後2時15分 ※要予約
- ◎場 所 : 上白根地域ケアプラザ2階 地域ケアルーム
- ◎協力医 : はしば内科クリニック 橋場友則 院長

ご相談は
無料です



申込み・問い合わせ先：951-3966(電話)

10月の予定表

| 日曜 | 月曜 | 火曜 | 水曜 | 木曜 | 金曜 | 土曜 |
|-----------|--|---|---|--|---|--|
| | | | 1 ★巾着作り 13:30～ ★物忘れ&健康相談 13:30～ 【予約優先】 | 2 ★カラオケ倶楽部 18:00～ 【参加者募集中】 | 3 ★にこにこパタンク 10:00～ | 4 ★リラックスヨガ 18:00～ |
| 5 | 6  | 7 ★お菓子作り 10:00～ | 8 ★物忘れ&健康相談 13:30～  | 9 ★カラオケ倶楽部 18:00～ 【参加者募集中】  親子の遊び場 読み聞かせ あります | 10 ★金曜いこいの 広場 10:30～ ★かみしらね農園 9:30～ | 11  |
| 12 | 13 | 14 ★ママと子どもの ヨガ 10:15～ ★ぶらざかふえ 「ゆるり」 13:00～ 【参加自由】 | 15 ★カラオケ倶楽部 10:00～ 【参加者募集中】 ★ 手作りボランティア 13:00～ | 16 ★ちびゆるり 13:00～ 【参加自由】 ★カラオケ倶楽部 18:00～ 【参加者募集中】 | 17 ★にこにこパタンク 10:00～ | 18 ★お茶のみサロン 13:00～【予約制】 ★リラックスヨガ 18:00～ |
| 19 休館日 | 20 ★アロマ講座 10:00～ 【参加者募集中： 予約制】 | 21  | 22 ★転ばん体操 10:00～ ★物忘れ&健康相談 13:30～ 【予約優先】 ★ 手作りボランティア 13:00～ | 23 ★囲碁将棋 「遊和会」 13:00～ 【参加者募集中】 ★カラオケ倶楽部 18:00～ 【参加者募集中】 | 24 ★金曜いこいの 広場 10:30～ | 25  |
| 26 | 27 | 28 ★ママと子どもの ヨガ 10:15～ | 29 ★手作りボランティア 13:00～ | 30 ★カラオケ倶楽部 18:00～ 【参加者募集中】 | 31 | |

ぶらざ
・かふえ

ゆるり

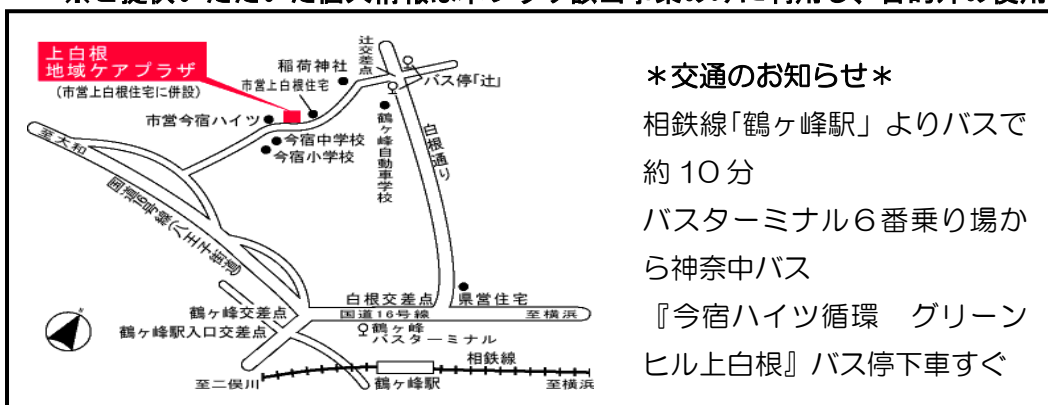
開催してます

毎月第2火曜日にぶらざ・かふえ・ゆるりを開催しています。お友達同士のおしゃべり、おりがみ、手芸、読書、囲碁将棋、音楽鑑賞にご利用ください。
※参加費1回100円 お茶を楽しむだけでもOKです。是非一度、おこしください。



各事業の参加お申し込みは、上白根地域ケアプラザまでご連絡ください。

※ご提供いただいた個人情報は本プラザ該当事業のみに利用し、目的外の使用は致しません。



交通のお知らせ

相鉄線「鶴ヶ峰駅」よりバスで約10分
バスターミナル6番乗り場から神奈中バス『今宿ハイツ循環 グリーンヒル上白根』バス停下車すぐ

2014年9月28日発行

発行 上白根地域ケアプラザ
旭区上白根町112
責任者 助廣 一則
電話 951-3966
FAX 951-3971
★お問い合わせはこちらまで★