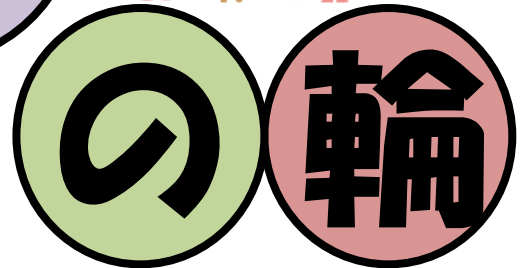
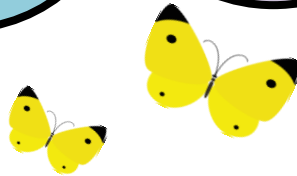
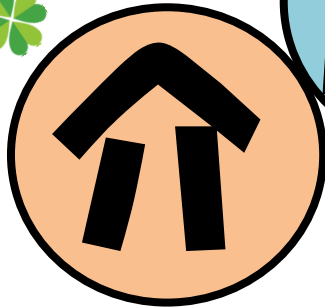




あさがおつうしん



護者



上白根地域ケアプラザで【介護者の集い～介護者の輪～】が始まります！！

介護を長く続けるためには、介護者の心と身体が健康が何よりも大切です。

先輩介護者や同じように家族の介護をしている仲間と一緒に「明日からも笑って過ごせるように」介護でお困りのこと、お悩みを話してみませんか？経験者のお話を聞くだけでも気持ちが楽になるかもしれません。

『介護者の輪』は参加者の方からの『こんな知りたい！』『これってどうなの？』を共有し、一緒に解決していきながら作っていく会です！ぜひお気軽にお越し下さい。

日時：平成27年7月7日（火）・7月13日（月）

13：30～15：00

場所：上白根地域ケアプラザ ボランティアコーナー

内容：情報交換・介護に関する勉強会

定員：10名

対象者：介護されている方・介護し終わった方・これから介護される方

申込み：7月3日（金）までにお電話または来所にてお申込み

[ご提供いただいた個人情報は本事業のみに利用し、目的外の使用は致しません]



おりがみ 教室

日時：毎月第1木曜日 13:30~15:00

開催日

7/2

8/6

9/3

10/1

11/5

12/3

1/7

2/4

3/3

参加費：100円/年（全9回）

対象：20歳以上の方

場所：上白根地域ケアプラザ ボランティアルーム

持ち物：おりがみ（1袋）

講師：高橋 啓子氏

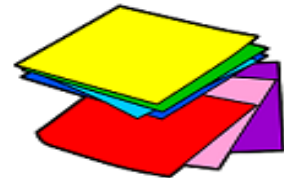
定員：10名 ※応募多数の際は抽選

申込：電話または来初にてお申込みください。（電話045-951-3966）

締切：6月20日（土）※抽選の場合、当選の方には、はがきにてご連絡させて

いただきます。当選された方は、当日、はがきをご持参ください。

〔ご提供いただいた個人情報 は本事業のみに利用し、目的外の使用は致しません〕



合同歌声喫茶・2015

去る5月21日（木）13時から旭区公会堂で合同歌声喫茶が開催されました。おかげさまでチケットは480枚完売し、当日は、満員御礼の大盛況でした。素敵な歌声を奏でていただき、ありがとうございました。

当日ご参加いただけなかった方も「ハーモニー」の活動が毎月第3月曜日13:30~15:30にありますのでぜひご参加ください。

（お問い合わせは上白根地域ケアプラザまで）

また、毎年恒例となっている東日本大震災被災地への募金額は、皆さまのご協力により165,250円となりました。お預かりした、貴重な募金（お気持ち）は被災地へ寄付いたします。ありがとうございました。



募集

「親子でお祭りさわぎ」参加親子大募集！

日時：平成27年6月18日（木）10:00~12:00

参加費：100円

場所：上白根地域ケアプラザ（旭区上白根町112）

内容：子ども縁日（輪投げ・ボーリング・さかな釣りなど）
手遊び、紙しばい

対象：概ね2~3歳までの幼児と保護者の方
兄弟児も参加ご希望の方はご相談ください

定員：20組

持ち物：動きやすい服 お水又は麦茶（水分補給用）汗拭きタオル

申込：6月16日（火）締切 電話：045-951-3966

お電話または来所にてお申し込みください。

※応募多数の場合は抽選となります。

※6月17日（水）までにご連絡がない場合は参加いただけません。

協力：親子サークル「遊」〔ご提供いただいた個人情報 は本事業のみに利用し、目的外の使用は致しません〕

締切迫る!!

今すぐお申し込みを



こちら「地域包括支援センター」です

認知症サポーター養成講座

見て納得の
“福祉便利情報”
をご紹介します!



担当エリアにおいて、認知症という病気を抱えながら、生活している方が増えています。

認知症についての正しい理解、認知症の理解者・応援者となるサポーター養成を目的に認知症サポーター養成講座を企画いたしました。この機会にぜひご参加ください。

受講された方には、認知症サポーターのシンボルグッズでもある「オレンジリング」をお渡しします。

日 時 : 平成27年7月5日(日)
午前10時~11時30分
場 所 : 上白根地域ケアプラザ 多目的ホール
旭区上白根町112
定 員 : 30名 参加費 : 無料



申込方法 : 6月29日(月)までにケアプラザへ電話(☎951-3966)もしくはご来館ください。

※応募多数の場合は抽選といたします。7月4日までに連絡がない場合は、全員ご参加いただけます。当日は直接会場へお越しください。

●ご提供いただいた個人情報[※]は本事業のみに利用し、目的外の使用は致しません。

この講座は よこはま健康スタンプラリー の対象事業です。

ぜひご利用ください! 6月の「もの忘れ&健康相談」

6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。

ご相談は
無料です

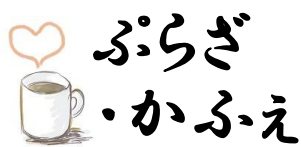
◎日 時 : 6月3・10・24日 各水曜日
午後1時30分~午後2時15分 ※要予約
◎場 所 : 上白根地域ケアプラザ2階 地域ケアルーム
◎協力医 : はしば内科クリニック 橋場友則 院長



申込み・問い合わせ先 : 045-951-3966(電話)

6月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 ★笑いヨガ 10:00～	3 ★手作りボランティア 13:30～ ★物忘れ&健康相談 13:30～ 【予約優先】	4 ★カラオケ倶楽部 18:00～ 【参加者募集中】	5 ★にこにこ パタンク 10:00～	6 ★リラックスヨガ 18:00～
7	8 	9 ★季節のお菓子作り 講座 10:00～ ★ぷらざ・かふえ 「ゆるり」 13:00～ 【参加自由】	10 ★転ばん体操 10:00～ ★手作りボランティア 13:30～ ★物忘れ&健康相談 13:30～ 【予約優先】	11 ★カラオケ倶楽部 18:00～ 【参加者募集中】 	12 ★金曜日こいの 広場 10:30～	13 
14	15	16	17 ★カラオケ倶楽部 10:00～ 【参加者募集中】 ★手作りボランティア 13:30～	18 ★カラオケ倶楽部 18:00～ 【参加者募集中】 ★ちびゆるり 13:00～ 【参加者募集中】	19 ★にこにこ パタンク 10:00～	20 ★お茶のみ サロン 13:00～ 【予約制】 ★リラックスヨガ 18:00～
21 休館日	22	23 ★ママのための ヒーリングヨガ 10:00～ 	24 ★転ばん体操 10:00～ ★手作りボランティア 13:30～ ★物忘れ&健康相談 13:30～ 【予約優先】	25 ★カラオケ倶楽部 18:00～ 【参加者募集中】 ★囲碁将棋 「遊和会」 13:00～ 【参加自由】	26 ★金曜日こいの 広場 10:30～ 	27
28	29	30				



開催してます

挽きたてのコーヒーを
淹れてます。

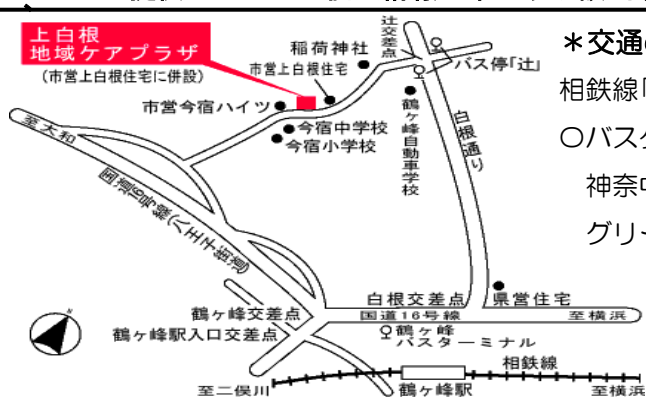


毎月第2火曜日にぷらざ・かふえ・ゆるりを開催しています。お友達同士のおしゃべり、おりがみ、手芸、読書、囲碁将棋、音楽鑑賞にご利用ください。
※参加費1回100円 お茶を楽しむだけでもOKです。是非一度、おこしてください。

珈琲
ボランティア
募集

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』バス停目の前

○「辻」バス停下車。信号すぐ左、稲荷神社の坂上り、一つ目の信号すぐ。

2015年5月31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 原田 亮

電話 045-951-3966

FAX 045-951-3971

★お問い合わせはこちらまで★