



平成28年9月1日発行【第148号】

平成28年 篠原地区センター・篠原地域ケアプラザ

合同文化祭

★手前味噌を作ろう！

☆コラム「防災と福祉」

★車椅子講習会

裏
面
内
容

10月15日 9時～17時

- ✳ スーパーボールづくり
- ✳ フリーマーケット
- ✳ ヨーヨーづくり
- ✳ 焼き菓子・ジャム等販売
- ✳ 健康チェック
- ✳ パソコン相談室&ひろば
- ✳ 模擬店
- ✳ 介護食の試食・配食サービスの試食
- ✳ 福祉用具の展示
- ✳ デイサービス作品展示

からあげ
焼きそば
炊き込みご飯



ドライフラワー
手作り品
の販売もあります!!

10月16日 9時～16時

- ✳ 子育てサロンらっこ
スノードーム作り
- ✳ ゲーム
- ✳ くじ引き
- ✳ 綿菓子
- ✳ 焼き菓子・ジャム等販売
- ✳ パソコン相談室&ひろば
- ✳ 介護食の試食・配食サービスの試食
- ✳ デイサービス作品展示
- ✳ 福祉用具の展示

*ご紹介したのは、
ほんの一部です

麺屋さんで学ぶ!

こだわりの「手前味噌」を作ろう!



「健康づくり」や「食育」にもつながる、
こだわりの手前味噌と一緒に作りませんか?

日付：平成28年 **11月6日** (日)

※麴のミニワークショップも行います♪(各500円)

★1/22「手作り塩麴と塩麴料理」

★3/26「仕込んだお味噌で味噌料理」

時間：10:30~12:00

会場：篠原地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：篠原地区在住の方

定員：20人程度

締切：10月16日(日)まで

【問合せ・申込み先】*予約制

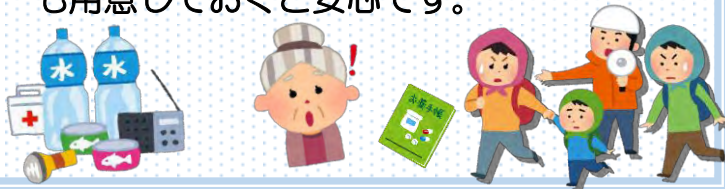
篠原地域ケアプラザ(永田・岩井・垣内)

TEL: 423-1230

参加費
500円

防災と福祉

9月1日は防災の日です。災害時、篠原地域ケアプラザは「特別避難場所」となっています。これは特別な配慮を要する高齢者や障害児・者に避難生活を送ってもらう場所です。いざという時に備えて普段から自分の避難場所の確認や防災グッズの準備等をしておきましょう。なお、服用している薬がある方は薬の控えも用意しておくで安心です。



車椅子講習会・高齢者疑似体験

「しのはら相談室」主催の車椅子講習会・高齢者疑似体験を行います。

実際に車椅子・装具を使い、初心者の方にも分かりやすいガイダンスです。

車椅子に触れてみたい方、ボランティアに興味のある方の参加をお待ちしています。

日付：平成28年10月25日(火)

時間：13:30~15:00

会場：篠原地域ケアプラザ

多目的ホール

その他：動きやすい服装で

お越しください



無料! 健康相談

日にち：10月21日(金)

時間：14:00~15:00

担当医師：篠原地域ケアプラザ 協力医

片山医師(ゆうあいクリニック理事長)

※お一人20分での相談で、ご予約をお待ちしています。

申込みはお電話で!!

電話：423-1230



しのはらランドヨガ

日時：9月30日(金) 10:30~11:30

会場：篠原地区センター マルチルーム

内容：保護者向け。ヨガで心も身体もリラックスしましょう。お子さんも一緒にどうぞ♪

申込み：予約制(先着20組)

9月5日より申し込み開始



〇●〇横浜市篠原地域ケアプラザ●〇●

【住所】港北区篠原東2-15-27

【問合せ先】Tel 423-1230 / Fax 423-1257

【開館時間】月~土曜日 午前9時~午後9時

日曜・祝祭日 午前9時~午後5時

【休館日】第3月曜日(9月は20日(火)です)・年始年末

篠原地区センター
篠原地域ケアプラザ

● 新港北病院

菊名池交番

主要地方道鶴見・三ツ沢線(水道道)

至片倉

バス停

「坂下」

菊名池公園

プール

至菊名

東急東横線

妙蓮寺駅

至横浜