



<第91号>平成30年7月25日
 [発行：反町地域ケアプラザ]
 横浜市神奈川区反町1-11-2
 電話 321-8004
 FAX 321-8077
<http://www.yokohamashakyo.jp/tanmachi/>

体操ボランティア養成講座 ～うんどう教室～

“簡単・優しい・続けられる”をテーマにしたうんどうを身につけ、各地域の皆さんに広めていただくボランティアの養成講座です。すぐに覚えられ、実践ができる体操です。やってみようと思えば興味がある方、お気軽にご参加下さい！

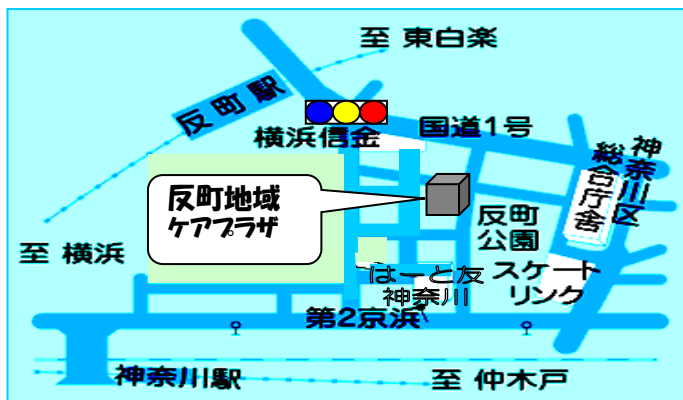
参加費
 無料

- 日時：
 ① 8月20日(月) 10:00～11:30
 ② 8月27日(月) 10:00～11:30
 ③ 9月10日(月) 14:00～15:30

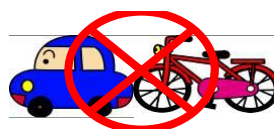
※3回連続の講座です。

- 場所：反町地域ケアプラザ 2階多目的ホールAB
 対象：ボランティアとして活動しようと思っている方
 講師：公益財団法人 体力づくり指導協会
 高齢者体力づくり支援士 本庄 勇二 氏
 石田 喜久夫 氏

- 募集人員：20名(先着) 窓口または電話にて申込み
 持ち物：動きやすい服装・靴、タオル、飲み物、筆記用具



☆反町駅より徒歩3分☆
 開館日：月曜日～土曜日 9時～21時
 日曜日・祝日 9時～17時
 休館日：毎月最終日曜日、年末年始



※駐輪・駐車場はありません。

班回覧										
-----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

地域包括支援センター出張相談会

地域包括支援センター職員が、ご相談をお受けしています。
介護保険のこと、生活のちょっとした困りごとなど、お気軽にお声掛けください♪

- ◆日 時：8月15日（水）
- ◆場 所：①横浜ポートサイド内郵便局
9:30～10:30
②神奈川宮前郵便局
11:00～12:00
※事前申込み不要



いつまでも自分らしい生活を守るための準備講座

～自分の思いの伝え方を今から一緒に考えませんか～

- ◆日時：9月18日（火） 13:00～14:30
 - ◆場所：反町地域ケアプラザ 2階多目的ホールAB
 - ◆講師：行政書士 小湊ちづる氏 清水俊之氏
 - ◆定員：40名（先着）窓口または電話にて申込み
 - ◆参加費：無料
 - ◆内容：①エンディングノートの書き方と活用法の講座
②郵便局や地域包括支援センターに寄せられる相談から考える、遺言や相続のお話し
- ※講座終了後（14:40～16:00）個別相談会を実施します。





かなづら共催タイム

＜かな-ちえ&反町地域ケアプラザ共催＞

「保育・教育コンシェルジュと話そう 保育のお話 基本のキ」+α

あなたの“知りたい”をしっかりとつなげる！子育て支援拠点かな-ちえとケアプラザが手をつないで、「保育・教育コンシェルジュ説明会」を開催します！子どもを遊ばせながら、みんなで聴いて、みんなで学びましょう♪今回は“基本のお話”に加えて、平成31年4月入所申請に向けての情報満載ですよ♪

- ◆日時：8月30日（木）10：30～11：30
- ◆場所：反町地域ケアプラザ 2階多目的ホールAB
- ◆内容：基本のお話・雇用証明書の書き方など
- ◆対象：未就学児とその保護者
- ◆参加費：無料 ※事前申込み不要



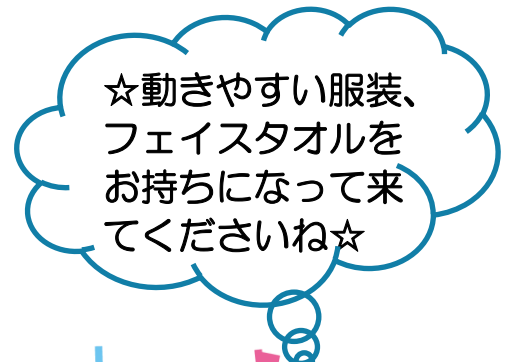
かなづら子育て応援タイム

＜かな-ちえ&反町地域ケアプラザ共催＞

「体力アップにつながる親子遊び」

自宅で気軽に簡単にできる親子遊び♪
お子様と遊びながら一緒に体力アップしませんか？

- ◆日時：8月31日（金）10：00～11：30
- ◆場所：反町地域ケアプラザ 2階多目的ホールAB
- ◆内容：気軽にできる体操遊び
- ◆対象：未就学児とその保護者
- ◆参加費：無料 ※事前申込み不要



歌声サロン

＜反町地域ケアプラザ地域包括支援センター＞

「歌って楽しく交流」

懐かしい歌や童謡を歌って、楽しく過ごす集まりです♪
どなたでもお気軽にご参加いただけます。

- ◆日時：平成30年8月21日（火） 13：30～15：00
- ◆場所：反町地域ケアプラザ 2階多目的ホールAB
- ◆内容：懐かしい歌や童謡を生伴奏に合わせて歌います。
年齢制限はありません。
- ◆定員：先着30名
- ◆参加費：無料 ※事前申込み不要



お問合せ・お申し込みは反町地域ケアプラザまで TEL 321-8004

反町地域ケアプラザ予定表

8月

日	月	火	水	木	金	土
			1 道草の会	2 木曜いこいの広場	3	4
5	6 たんたんキッズ 反町体操教室	7 オリーブの会 布おもちゃグループ 青木なかよし会	8 道草の会 ご近所お茶のみ会	9	10 反町活き粋シニアの会	11
12	13	14 布おもちゃグループ	15	16	17	18
19	20 体操ボランティア講座 反町体操教室	21 オリーブの会 布おもちゃグループ 歌声サロン	22 道草の会 ご近所お茶のみ会	23 木曜いこいの広場	24 反町活き粋シニアの会 アローズシニアの会	25
26 休館日	27 体操ボランティア講座 反町体操教室	28 オリーブの会 布おもちゃグループ	29 道草の会	30 かなプラ共催タイム	31 かなプラ子育て応援タイム	

活動団体名	内容	対象	参加費等
反町体操教室	転倒・骨折予防の健康体操	高齢者（要お問合せ）	あり
オリーブの会	配食サービス	一人暮らし高齢者など	あり
布おもちゃグループ	布おもちゃの制作・貸出・管理	貸出はどなたでも	無料
青木なかよし会	歌やゲーム、演奏会など	主に青木第一地区在住の方	あり
道草の会	ミニデイサービス	主に認知症高齢者	あり
木曜いこいの広場	ミニデイサービス	高齢者全般	あり
Man!クッキング	男性限定のお料理・試食	区内在住の男性	あり
ご近所お茶のみ会	ミニデイサービス	高齢者全般	あり
反町活き粋シニアの会	音楽に合わせた健康体操	ケアプラザ周辺にお住いの方	あり
アローズシニアの会	健康吹き矢	ケアプラザ周辺にお住いの方	あり
かなプラ子育て応援タイム	かなーちえとの共催講座	未就学児と保護者	無料
かなプラ共催タイム	かなーちえとの共催講座	未就学児と保護者	無料
たんたんキッズ	親子のフリースペース	未就学児と保護者	無料

8月の青木リハビリ教室・たんぽぽ会・悠々亭はお休みです。

※主催・共催事業を掲載しています。参加費等、詳細はお問い合わせください。

お問合せ・お申し込みは反町地域ケアプラザまで TEL 321-8004