

コロナウイルスの影響で、予定されている事業や講座は、今後の状況によって中止になる場合がございますのでご了承ください。

歌声サロン(上半期)募集のお知らせ

【日時】第3月曜日 全4回《5/18・6/15・7/20・8/17》13:00~15:00

【場所】寺尾地域ケアプラザ 【参加費】1000円(全4回分一括)

【講師】福田 安弘 氏 【定員】50名

【応募締切日】**4月30日(木)必着** 【お申込み】**往復はがき**のみ

【応募に関する注意とお願い】

- ◆コロナウイルスの影響で、今後の状況によっては中止になる場合がございますのでご了承ください。※中止になる場合は事前はこちらからご連絡致します。
- ◆たくさんの方にご利用いただくため、他のケアプラザ等で行われている歌声サロンにご参加の方によるお申し込みはご遠慮ください。
- ◆応募はご本人による応募で、おひとりさま1枚ずつ、**往復はがき**でお申込みください。
- ◆おひとりで複数の応募があった場合は、全て無効とさせていただきます。
- ◆応募が多数で定員を超えた場合には、公平性を期するため5月3日(日)13:00から公開抽選会を行います。抽選結果については、はがきの返送をもってお知らせします。

はがきの記入方法

(往信面)

(返信面)

<p>〒230-0077</p> <p>鶴見区東寺尾 6-37-14 寺尾地域ケアプラザ 歌声サロン係</p>	<p>〒000-0000</p> <p>あなたの住所</p> <p>氏名</p>
<p>この面には何も 記入しないでく ださい。</p>	<p>① 氏名</p> <p>② 住所</p> <p>③ 電話番号</p>

受付は**往復はがきのみ**とさせていただきます

※いただいた個人情報は本講座以外の目的では使用しません

てらお健康相談会

対象：地域住民



はら ただし
原 直 先生

健康について気になることはございませんか？
ケアプラザでは定期的に月に2回、健康相談会を行っています。

寺尾地域ケアプラザの協力医、クリニック寺尾院長原先生が相談に対応していただきます。
健康上の心配ごとや、健康診断の結果など、何でもお気軽にご相談ください。

【日 時】令和2年4月1日(水) 令和2年4月15日(水)
令和2年5月13日(水) 令和2年5月27日(水)
令和2年6月3日(水) 令和2年6月17日(水)
すべて 14:00~14:30 おひとり15分程度

【場 所】寺尾地域ケアプラザ
【申し込み】予約制(前日までにお申し込みください)



相談は無料です！ご相談をお待ちしています。

てら男地域デビュー 講座 延長戦

対象：概ね65歳以上の男性

寺尾地域にお住まいのシニア男性が気軽に集まり、仲間と一緒に楽しみたいことを楽しむグループです！！

令和に新たな1歩を踏み出した方々、これから1歩踏み出したい方々とで、屋内・屋外での活動を盛り上げてみませんか？

【日 時】毎月 第4水曜日 15:30~17:00

【場 所】寺尾地域ケアプラザ 他

【内 容】DVD鑑賞、ウォーキング、テーマ別おしゃべり 他



お問合せ・お申込みは寺尾地域ケアプラザ

電話：045-585-5566 FAX：045-585-5737

福まち主催 福カレー



対象：地域住民

子どもも大人もみんなと一緒にカレーを食べよう！

- 【日時】令和2年4月22日（水）17:00～18:00
 【代金】おとな200円 子ども100円
 【会場】寺尾地域ケアプラザ
 【対象】どなたでも（子どものみの参加は小3～）
 【予約】寺尾地域ケアプラザへ来館 **30食 事前申込制**
 または電話申し込み（Tel045-585-5566）

大人料金
値下げしました♪

16:00 からお部屋を開放しています。勉強をしたり、本を読んだり、遊んだり…カレーライスが出来上がるまでご自由にお過ごしいただけます。

～食材寄付のお願い～

じゃがいも、人参、玉ねぎ、カレールー（甘口）を受付中です！
寺尾地域ケアプラザまでお持ち込みください。

介護者のつどい

対象：地域住民

初めて介護をする方も、すでに介護をされている方も、介護について関心のある方もみんなと一緒に勉強をしたり、ちょっと息抜きしませんか？

- 【日時】毎月第1金曜日 13:30～15:00（8月はお休み）
 4月3日、5月1日、6月5日、7月3日、9月4日
 （内容によって日時が変わることがあります）

【場所】寺尾地域ケアプラザ ボランティアルーム

【ミニ講座】介護者のつどいの中で、ミニ講座を開催します。

- 『介護保険とインフォーマルサービスについて』
 『福祉用具のご紹介・使い方』 『先輩介護者のお話』
 『施設見学会』 『お薬について』 など計画しています。



お問合せお申し込みは寺尾地域ケアプラザまで！！

『地域の方のための出張販売の紹介』

山坂が多い寺尾地区では、買い物に出かける・買っても持ち帰るのが大変な高齢者や小さい子を連れた親御さん等のため、またご近所同士が顔を合わせる場として、住民、自治会町内会、商店、地域作業所・施設が協力して、現在4か所で出張販売を実施しています。新鮮な野菜、手作りパン、きれいなお花などを販売しています！詳細は地域掲示板などでお知らせしてくれていますので、ご確認のうえ、お近くの販売場所にお立ち寄りください！

東台(個人宅)

地域作業所が個人宅の敷地で、野菜のほか、隔週でパン・お花を販売しています！

- 【日程】
 第2火曜日 12:00～13:00
 第4火曜日 10:30～11:30



別所(地域活動ホーム幹)

地域活動ホーム幹の駐車場で、複数の個人商店が野菜やパンなど食料品を『別所マーケット』として販売しています！

- 【日程】
 第3金曜日 10:30～11:30



中台(中台公園)

区内で先駆けて公園で、地域作業所が野菜販売を実施しています！

- 【日程】
 第2火曜日 10:30～11:30



中台(個人宅)

個人宅のスペースで、地域作業所が野菜販売をしています！ご近所同士の会話が弾んでいます♪

- 【日程】
 第3火曜日 10:30～11:30



♡♡♡♡♡ テイサービスより ♡♡♡♡♡



テイサービスでのボランティアさん大募集！！

テイサービスでは、ご利用者さまとふれあい、活動をお手伝いして下さる方を募集しています。現在のボランティアさんは、男性、女性ともに週に一日、月に一日、午前のみ、午後のみと、それぞれのペースでお越しいただいています。ボランティアさんも一緒に楽しんでいただき、笑顔あふれるテイルームです。

よこはまシニアボランティア対象の活動です♪

AM10:00～13:00
 の中でお好きな時間

- ・お話し相手
- ・お茶入れ
- ・浴後のドライヤーかけ



PM13:00～15:00
 の中でお好きな時間

- レクリエーションのお手伝い
- ・トランプ
 - ・麻雀
 - ・将棋
 - ・工作、手芸



ご見学もできます。
 お気軽にお問合せください。
 Tel 585-5566
 テイサービス担当
 實方（ジツカタ）
 鈴木・吉岡まで

～響（ひびき）橋のすぐ近く～

寺尾地域ケアプラザ めがね橋

住所：横浜市鶴見区東寺尾6-37-14
 電話：045-585-5566 FAX：045-585-5737
 Mail：terao@yokohamashakyo.jp

講座申込時は、必ず、【講座名、氏名・住所・電話番号】をお伝えください。
 *講座、相談などで伺った氏名・住所・電話番号等の個人情報は目的以外に使用致しません。

