



今月号の内容

ケアプラザ祭り／10月・11月実施の講座のお知らせ

豊田地域ケアプラザまつり ～つながるエコ祭り・とよだ～

今年はエコ「環境にやさしい行動」を
テーマに、ケアプラザ祭りを開催します！
皆さまお誘いあわせの上、お越しください！

【日時】

10月19日（日）
10：00～14：00



【会場】

横浜市豊田地域ケアプラザ

【出展内容】

飲食コーナー

- ・焼き鳥
- ・大判焼き
- ・かき氷
- ・焼きそば
- ・パン
- ・綿菓子
- ・たこ焼き
- ・マシュマロ
- …など



体験コーナー

- ・ヨーヨー＆スーパーボール釣り
- ・さかな釣りゲーム
- ・缶バッチ作り
- ・バルーンアート
- …など



フリーマーケット

- ・洋服＆バック・手作り小物・雑貨
- …など

～講座のお知らせ～

秋の健康講座 ～栄養教室～

1. 骨・カルシウムセミナー

【講師】雪印メグミルク株式会社
食育担当栄養士

【日時】10月17日（金） 14：00～15：00

2. 60代からのゆたかな食事

～低栄養を予防しよう～

【講師】木村内科・胃腸科 管理栄養士

【日時】11月21日（金） 14：00～15：30

【会場】豊田地域ケアプラザ

【お申込み】事前予約制（各回定員20名）

【参加費】無料！

連続でも1講座のみでもご参加お待ちしております。

試食付き！



ウォーキング講座

連続 6 回

【講師】ケア・ウォーキング普及会
健康運動指導士

全6回の講座で理論と実技を学びます。

「自分の足」で歩くことで日々の生活を豊かに
しませんか？

【日時】

10月9日（木）、11月13日（木）、12月11日（木）、
1月8日（木）、2月12日（木）、3月12日（木）

各回13：30～15：00

【会場】豊田地域ケアプラザ

【お申込み】事前申込制（定員20名）

【参加費】2,000円（6回分）



ケアプラザ祭り、講座お問合せ・お申し込み
豊田地域ケアプラザ

Mail：toyoda@yokohamashakyo.jp

Tel：864-5144

男性限定！ おとなの寄り道講座

5回

地域活動参加へのデビューを応援する男性向け
の連続講座を11月より開催します！

★詳細は別途チラシにて！



豊田だより10月号

発行：横浜市豊田地域ケアプラザ

〒：栄区飯島町1368-10

☎：864-5144／FAX：864-5904

発行責任者：若尾ちづる

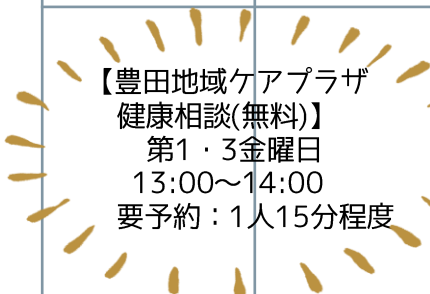


豊田地域ケアプラザ イベントカレンダー

10月 october

ケアプラザホームページ
は右の二次元コードから！



MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
 【豊田地域ケアプラザ 健康相談(無料)】 第1・3金曜日 13:00~14:00 要予約：1人15分程度		1 シニアボラン ティアポイント 登録研修会 13:30-16:00	2 	3 子育て ティーサロン 10:00-11:30 田中先生の健康 相談 13:00-14:00 【要予約】	4	5
6 豊田スクエア ステップ 10:00-11:30 3B体操 A:高齢者体操 13:00-14:30 B:中高年体操 14:45-16:15	7	8 AI・AI・AIの会 13:00-15:00 みんなで カレーライス を食べよう！	9 ウォーキング 講座① 13:30-15:00 【要予約】 たまり場とよだ 16:00~18:30 豊田地区 センター2階 	10 豊田あかちゃん 教室 10:00~11:00 【予約不要】	11 豊田 育児教室から 名前が変わり ました！	12 ~休館日~
13 スポーツの日 レコード喫茶 14:00-16:00 	14 新しい茶話会 です！！	15 茶話会 13:30-15:00	16 子育てサロン の〜び♥のび 10:00-11:30 千秀センター	17 子育て ティーサロン 10:00-11:30 田中先生の健康 相談 13:00-14:00 【要予約】 秋の健康講座① 14:00-15:00 【要予約】	18 豊田地域ケア プラザの、年 に1回のお祭り です！ みんな あつまれ！	19 つながるエコ 祭り・とよだ 10:00-14:00 
20 豊田スクエア ステップ 10:00-11:30 3B体操 A:高齢者体操 13:00-14:30 B:中高年体操 14:45-16:15	21	22	23 介護者のつどい 10:00~11:30 【利用について】 ・利用のない日は18時で閉館になります。 詳しくはホームページ「お知らせ」でご確認ください。 ・ご利用の際は、上履きをご持参ください。	24	25 豊田地域ケアプラザ マスコットキャラクター りっぶるん 	26
27 デイサービス 【ご利用者様】 温泉の日  3B体操 A:高齢者体操 13:00-14:30 B:中高年体操 14:45-16:15	28	29 	30	31 		

【10月のあいさつ標語】 あいさつは せかいをかえる 第一歩

豊田地域ケアプラザの「デイサービス」でボランティアしませんか？

ボランティア
大募集中！

①デイサービスでのお茶出しや利用者さんのお話し相手、ドライヤー掛けなど
のお手伝いをしてくださる方

②デイサービスで利用者さんに催し物を見せてくださる方

◆平日・土曜、時間帯はご自身の都合により調整できます。

◆お問い合わせ先 豊田地域ケアプラザ デイサービス担当：山本 (☎864-5144)

