

地域包括支援センターたより

介護をするご家族のための 介護技術講座のお知らせ

前回好評だった「介護技術講座」を開催します。第2回のテーマは「排泄介助」についてです。排泄介助についての基礎知識、トイレ誘導について実習を交えて講義をしていただきます。

ご家族の介護をされている方、いざという時の介護に備えておきたい、ご興味のある方、ぜひご参加ください。

日時：9月30日（日） 13時～15時

場所：デイサービスさくら（睦地域ケアプラザ1階）

講師：公益社団法人 神奈川県介護福祉士会 田口 久美子氏

定員：15名



参加費
無料

《申込み・お問合わせ先》

地域包括支援センター 電話：730-5080

元気づくり教室（お口の健康）参加者募集！

健康づくりと介護予防で、健康長寿を目指しましょう！
皆さまのご参加お待ちしております。

参加費無料

日時：10月11日（木） 10時～11時30分

場所：睦地域ケアプラザ 多目的ホール

内容：口腔ケア講座

講師：堀江 篤子 氏（歯科衛生士）

対象者：南区在住の概ね65歳以上の方

定員：25名（先着順）

持ち物：うわばき、筆記用具、飲み物（忘れずにお持ちください）

元気にしゃべり
元気に食べられる！



《申込み・お問合わせ先》地域包括支援センター 電話：730-5080



コーヒーを飲みながら、介護予防のお話と体操を！

介護予防サポーター（介護予防に取り組む地域のボランティア）による介護予防のお話と体操です。今年度2回目を堀ノ内町の「ゆいハイム」サロンスペースで行います。介護予防体操の後はコーヒーを飲みながら楽しくお話ししましょう♪是非ご参加ください。

今回のテーマ ～ **健康はお口の健口から** ～
お口を鍛えましょう！！

参加費無料

日時：9月10日（月） 10時～11時30分

場所：ゆいハイム サロンスペース（堀ノ内町2-132）

定員：15名

持ち物：水分補給用飲み物、動きやすい服装でお越し下さい。

申込先：睦地域ケアプラザ 地域包括支援センター 電話：730-5080



ゆいハイムで開催

地域の催しをご紹介します！

第6回 蒔田中学校と地域の皆さんとの交流会

7月24日（火）蒔田中学校の生徒さんの文化活動の成果を地域の皆さんに楽しんでいただく「蒔田中学校と地域の皆さんとの交流会」が開催されました。生徒さんとの将棋対決、茶の湯を楽しみ、交流を深められました。



主催：蒔田地区社会福祉協議会
後援：蒔田連合町内会 協賛：睦地域ケアプラザ

流しそうめんを行いました！

8月4日（土）睦町公園で恒例となりました「流しそうめん」を開催しました。猛暑にも負けず、子供から大人まで大勢の方が集まり、大盛況でした。



主催：堀睦老人クラブ連合会

食事会にお邪魔しました！

堀睦地区では「むつみ会」「たかね会」蒔田地区では「あやめ会」「白梅会」「白菊会」「やまゆり会」の高齢者食事会を定期開催しています。7月はケアプラザ職員もお邪魔して、介護保険や熱中症のお話をさせていただきました。



生活支援コーディネーターたより

よろしくお願ひします！

4月からサブコーディネーターとして勤務しておりましたが、7月より新たに生活支援コーディネーターに着任しました。まずは、皆様に顔を覚えていただけるような色々な場にお邪魔させていただきたいと思ひます。ぜひ色々なお話を教えてください。これからどうぞ、よろしくお願ひします。

大下 裕子

ありがとうございました！

平成28年7月より生活支援コーディネーターとして堀ノ内睦町・蒔田地区の皆様と共に仕事をさせて頂き、皆様の人生の経験と知識と心意気に触れ、この2年間たくさんの事を学ばせていただきました。この町を離れても、ずっと、皆様のご活躍とご健康をお祈りしています。本当に有難うございました。

椿谷 美樹

地域活動交流事業からのお知らせ

子育て広場のご案内



遊びに来てね!



無料

子育て中の親子が集まり、一緒に遊んだり交流を図る場です。
予約不要(祝日のみ予約制)です。

日時：9月17日(月・祝)、10月15日(月)
10時～11時30分

場所：睦地域ケアプラザ 多目的ホール

対象者：0歳～未就園児の親子、養育者
身長・体重測定を自由にご利用出来ます。

3B体操講師による 親子体操を行います!

9月17日(月) (※要予約)

10:00～10:30 読み聞かせ他

10:30～11:30 親子体操

申込先：730-5151

毎月開催! いきいきシニア塾

日時：9月11日(火)、10月9日(火)
13時30分～14時45分

場所：睦地域ケアプラザ 多目的ホール

対象者：南区在住で60歳以上の方

内容：9月は音楽療法、10月は健康体操

持ち物：室内用運動靴、長タオル、飲み物、
運動しやすい服装

定員：25名 参加費：無料

レインボーキッズ

音楽にあわせて親子でダンスや体操を行い、
楽しく体を動かしましょう。

日程：9/1、9/15、10/6、10/20

時間：10時30分～11時30分

(9/15のみ10時～11時)

場所：睦地域ケアプラザ 多目的ホール

対象者：知的障がい・発達障がいのある

5歳～小学生とその保護者

定員：9名 参加費：1回 100円

むつみ歌声ひろば

童謡・唱歌・叙情歌から懐かしい歌謡曲まで
様々な歌をみんなで歌いましょう♪

開催日：9/27、10/25 (いずれも木曜日)

時間：14時～16時

場所：睦地域ケアプラザ 多目的ホール

対象者：南区在住の方

定員：30名 参加費：無料

持ち物：飲み物を必ずお持ちください

問合せ先：睦地域ケアプラザ 730-5151

囲碁クラブ



お部屋を開放していますので、ご興味のある方は、お気軽にご参加下さい。

日時：毎週木曜日 13時～15時

場所：ボランティアルーム

対象：囲碁のルールが分かる方なら
どなたでも歓迎します。

参加費：無料

問合せ先：睦地域ケアプラザ 730-5151

※初心者の方はお問合せください。

講座の申込み・問い合わせは：睦地域ケアプラザ 730-5151まで

最新のイベント情報を睦地域ケアプラザホームページから見る事が出来ます。

*睦地域ケアプラザ トップページ→ <http://www.yui-yui.net/cp/>

貸館予約状況などケアプラザ最新情報を随時更新しています。

*睦地域ケアプラザ ブログ→ <http://www.yui-yui.net/cp/blog>

