

けあぷら通信

2016年10月1日発行（累計87号）

～ここに笑顔がある～

東山田地域ケアプラザ

住所 224-0024 東山田町270

TEL 045-592-5975

FAX 045-592-5913

発行責任者 所長 堂前裕子

風が心地よく一年でもっともすがすがしい季節。晴天の日は秋の実りを感じに
ぱらりと出歩きたくなりますね。皆さまはこの秋どちらにお出かけしますか？

スポーツの秋&芸術の秋

◆ 秋は何をするにも最適なシーズン！秋にふさわしい当ケアプラザの事業をご紹介します ◆

「いきいき体操」

いつまでもいきいき元気で若々しくラジオ体操と、気功や呼吸法を取り入れたオリジナル体操など楽しみながら健康づくりができるプログラム。講師の織茂先生が丁寧に指導します。はじめての方でも大丈夫!! 当日の飛び込み参加、おひとりのご参加、どなたでも大歓迎!!

1回だけのお試し参加もOK!! お気軽にご参加ください。

★開催日：10月11日・10月25日・11月8日・11月22日
12月13日・12月20日（全6回 すべて火曜日）

★時間：10:00～11:00

★会場：ゆうやけ公園（東山田3丁目15）
のちめ不動交差点そば すき家の角の道に入ってすぐ！

★参加費：100円（当日お支払）

※タオル・飲み物・動きやすい服装で ※雨天中止 ※申込みは電話 又は 窓口まで



障害

～ケアプラザ事業紹介～

【障害児余暇支援事業】

「いちばんステキな アートをみつけよう」



いろいろな材料や道具を使って、自由な発想で自分流の作品作りにチャレンジ!

★11月20日（日） 13:00～15:00
12月11日（日） 13:00～15:00

※原則2回ともご参加ください

★参加費：400円（2回分）

★対象：発達障害・自閉症のある小学生と
その兄弟児、保護者

★申込み、その他の詳細は電話にて

障害

～ケアプラザ事業紹介～

「アフリカンダンスくらぶ」

生演奏のジャンベ（アフリカの太鼓）の迫力あるリズムにのって、楽しくノリノリのダンスを踊りましょう。ぜひ親子でご参加ください。



★毎月第4土曜 17:30～18:30

※講師の都合により日程の変動あり

★参加費：500円（1回）

★対象：発達障害・自閉症のある
小学校高学年以上の方と親御さん

★持ち物：タオル・飲み物・動きやすい服装

★申込み、その他の詳細は電話にて

秋のけあぷらギャラリー

10月 油絵 / 11月 書画(白萩会)

是非ご鑑賞にいらしてください。

【申込み・お問合せ】

東山田地域ケアプラザ 地域活動交流

☎ 045-592-5975

～私たちは個人情報保護法を遵守いたします～

参加者
募集中

この秋、「地域ケアプラザ」でボランティアデビューしませんか？

ボランティアという昨今では災害支援という印象が強くなりましたが、地域ケアプラザにも（災害ボランティアではありませんが）自分の暮らす町のためにボランティアに参加してみたい、という方が来てくださっています。

夏休みには、近隣の小学生～高校生が「1日ボランティア体験講座」に参加していただき、デイサービスや食事サロンで高齢者との交流やレクリエーションのお手伝いをしてくださいました。年代を問わず、地域貢献・福祉活動の関心が高まっているのを感じます。

ケアプラザ大掃除 ボランティア募集中!!

地域ケアプラザの貸室ではボランティアの方が中心となった余暇活動や講座を行っています。多くの方が利用する館内の大掃除を年2回、春と秋にしています。「身近な場所でなにか始めてみたいな」と思っている方、まずはこの大掃除の参加をキッカケに、同じ地域に住む方々との顔の見える交流で親睦を深めませんか。終了後にはお茶を飲みながら和気あいの茶話タイムもあります。



今年5月の大そうじの様子。ご参加の皆様、ありがとうございました。

- ◆日 時：11月24日（木）9：30～11：30
- ◆持ち物：エプロン・三角巾 ※汚れてもいい服装でお越しください
- ◆場 所：東山田地域ケアプラザ（地下鉄グリーンライン東山田駅から徒歩3分）
- ◆申込み：☎592-5975 《担当：地域交流 真下・布川》

【お知らせ】

北山田地区センターまつり

日時：10月30日（日）10時～15時

場所：北山田地区センター

（北山田駅①番出口より徒歩3分）

東山田地域ケアプラザも出店で参加いたします。皆様ぜひお誘いあわせのうえ、当日、会場にお越し下さい！！



ありがとうございました！

8月5～6日

山田小学校（東山田連町）夏祭り出店の御礼

東山田地域ケアプラザでは、今年も駄菓子とキャラクターお面の模擬店を出店させていただきました。地域の皆様とともにたいへん楽しい2日間を過ごさせていただきました。お世話になった皆様、ありがとうございました。



都筑警察署のおまわりさんに聞きました！

「引きつづき、この秋も自転車の盗難にはご注意ください！」

自転車の盗難件数はこの秋も増加傾向に。マンションの駐輪場や自宅敷地内であっても盗まれるケースも起きていますので油断は禁物。大切な自転車を盗られて後悔する前にしっかりと防犯対策を講じましょう。

- 👉短い時間であっても自転車から離れるときは必ず鍵を！
- 👉盗難防止にはダブルロックを。防犯に高い効果アリ！
- 👉面倒でも手間をおしماず自転車防犯登録の届け出を！



「秋の日はつるべ落とし。暗い夜道には細心の注意を！」



さっきまで明るかったのに…もう真っ暗！
秋が深まってくると、日没後の夕闇の訪れが早くなります。

- 👉夜道を歩くときは遠回りでも街灯や人通りのある道を！
- 👉防犯ブザーやライトなど身を守るグッズで防犯対策を！



つづきあい計画