

# 10月 東山田地域ケアプラザ



詳しくはお電話  
又はHPを  
ご覧ください

東山田地域ケアプラザでは、地域の活動、ケアプラザで行っているサークル活動等をご案内することが出来ます。お気軽にお問合わせください。介護保険等の日頃のご相談、ご要望、ご不明点についてもご連絡ください。(平野)

ケアプラザ広報紙  
まあるくつながるケアプラザ  
2024年10月1日発行  
都筑区東山田町270  
TEL 592-5975  
FAX 592-5913  
発行責任者：堂前 裕子

## からだ相談会&測定会

11月9日(土)

無料

① 13:30~14:30

② 14:30~15:30



場所：東山田地域ケアプラザ  
持物：動きやすい室内履き  
服装：動きやすく、裸足になりやすいもの  
申込：11月6日までに東山田地域ケアプラザ  
まで①13:30~または②14:30~の  
ご希望をお伝えの上ご予約ください。

- 体力測定 ●体組成計、血管年齢測定
  - AI技術による歩行解析
  - 医療・介護の専門職による相談会 などなど
- ※ペースメーカーを装着されている方は体組成測定はできません

東山田地域ケアプラザ 介護者のつどい

## ほっと茶屋 特別企画

配食弁当の試食してみませんか？  
今回のほっと茶屋は、自宅まで配達される  
食事、配食サービスについてのお話と  
ひとくちサイズの試食会になります。  
この機会にどうぞご参加ください！



令和6年11月30日(土)

13:00~14:30

場 所：東山田地域ケアプラザ  
対 象：介護者の方、介護を終えられた方  
これから介護の方  
参加費：100円(飲み物&お菓子付き)  
持ち物：室内履き・筆記用具  
定 員：15名/予約制・先着順

## 遊びのおもちゃランド

毎月第1金曜日

毎回イベントのあと、おもちゃをいっぱい出して  
広いお部屋で自由遊びを楽しみます。季節感満載の遊  
びのおもちゃランドに遊びに来てね！

鈴木朋子先生と一緒に

## ふれあい音楽遊びの時間



わらべ歌・手遊び歌・童謡を  
ピアノの音に合わせて  
身体を動かしましょう！  
親子の触れ合いを楽しむリトミックです♪

令和6年11月1日(金) 10:00~12:00

場 所：東山田地域ケアプラザ/多目的ホール  
対 象：0歳から未就園の親子 15組くらい  
参加費：100円(お子さんが1名増えると+100円)  
申 込：10月9日(水)以降9:00~16:30の間に  
お電話または窓口まで  
持ち物：水分補給の飲み物  
保護者の方は室内履き(スリッパ)

## わくわくこあら

親子と一緒に楽しく身体を動かそう！

毎月第2金曜日

セイントフットサッカークラスの柴藤龍貴コーチと一緒に

## ボール遊び



はじめてボールと触れ合うお子様も  
大歓迎です！一緒に楽しもう！

令和6年11月8日(金) 10:00~11:00

場 所：東山田地域ケアプラザ/多目的ホール  
対 象：歩行が安定したお子さん~未就園の親子 12組  
参加費：1回 400円(対象のお子さんが  
2名の場合はそれぞれ400円)  
申 込：10月16日(水)以降9:00~16:30の間に  
お電話または窓口まで  
持ち物：動きやすい服装、水分補給の飲み物、  
室内用運動靴(親子とも)

介護保険の申請・相談はケアプラザでも行っています。対応できる職員が不在の場合もございまして、お手数ですが事前にご連絡の上お越しく下さい。状況に応じてご訪問もいたします。土日の対応もできますのでお気軽にお問い合わせください。

東山田地域ケアプラザ TEL:045-592-5975

