

2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
2025年2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

無料出張相談会

毎月15日は

けあぷらデー

協力：すみれが丘町内会

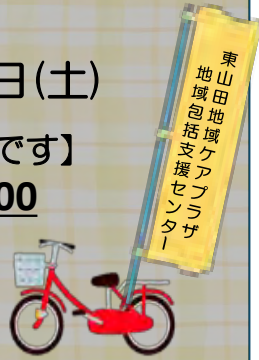
東山田地域ケアプラザの専門相談員が
無料でお答えします。

令和7年2月15日(土)

【3月は15日(土)です】

10:00 ~ 12:00

場 所：すみれが丘会館
対 象：ご高齢者に関する
ご相談がある方



ケアプラザ いちおし!

楽しい脳活体操

ラフターヨガ・ストレッチ・脳トレなど
とても楽しい体操です。

椅子に座ったままでもできます。

無料体験レッスンからはじめてみませんか?

毎月第2・4月曜日 13:10 ~ 14:40

場 所：北山田小学校コミュニティハウス 研修室
対 象：どなたでも参加可能です
講 師：鶴殿 眞理子先生
参加費：1,500円 / 1か月分
持ち物：運動靴、飲み物、
ヨガマット または バスタオル
※動きやすい服装※



【問い合わせ】東山田地域ケアプラザまで

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!

令和7年3月7日(金) 10:00~12:00

0歳から楽しめる

おやこあそび

「おやこひろば」の小田広子先生と手遊びやふれあい遊び、
手袋を使った工作など盛りだくさんの内容でみんなで楽しく
遊びましょう!

場 所：東山田地域ケアプラザ/多目的ホール

対 象：0歳~未就園の親子 15組くらい

参加費：200円

申込：2月12日(水)以降9時~16時30分の間に

お電話または窓口にて

持ち物：水分補給の飲み物、保護者の方は室内履き

わくわくこあら

親子で体を動かそう!

毎月第2金曜日

横井真由美先生と一緒に

3B体操

ボール・ベル・ベルターの

3つのBを使った体操です!

みんな一緒に楽しもう♪

令和7年3月14日(金) 10:00~11:30

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組程度

参加費：1回 300円 (対象のお子さんが
2名の場合はそれぞれ300円)

申 込：2月19日(水)以降9時~16時30分の間に
お電話または窓口にて

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

