

障がいのあるなしにかかわらず 地域の方が集い楽しむ場

こもれびカフェCoCo

障がいのある方も、ない方も、一緒になって、楽しく過ごせる居場所です。

◆日時 9/10(土) 14:00～16:00

◆場所 多目的ホール

◆参加費 100円

◆持ち物 上履き・マスク着用

どなたでも
どうぞ!

お菓子作り・かみしばい・ボールゲーム等を
企画しています!是非立ち寄ってみて下さい!

主催:こもれびカフェCoCo

共催:横浜市沢渡三ツ沢地域ケアプラザ

～おやこの広場～

mama care(ままけあ)

～ママ向けのセルフケア講座～

「アロマ×リンパ×ツボ」でプチリフレッシュ!
ママの笑顔は家族の笑顔。より前向きに、より心
地の良い日々を過ごせますように★

◆日時 9/8(木) 11:00～11:30

◆場所 地域ケアルーム・ボランティアルーム

◆参加費 無料 ◆申込 不要

◆講師 小池祐加さん

・リンパセラピスト

・ハワイアンロミロミ&ホットストーンセラピスト

※マスク着用(乳幼児は除く)



おりがみ教室 ～指先からフレイル予防～

手先を動かし、頭を使うおりがみは、年齢を問わず楽しめ、フレイル予防の効果もあります。楽しく交流しながら秋の作品を折りませんか?

日 時 9/21(水) 10:00～12:00

場 所 当館 地域ケアルーム・ボランティアルーム

定 員 10名 参加費 100円

申 込 当館受付へ直接 またはお電話で

秋のリースを
作成します

<作品イメージ>



§ 認知症サポーター養成講座活動報告 §

下記の日程において、認知症サポーター養成講座を開催いたしました。

日時:2022年6月13日 15:30～16:30 エリア:鶴屋町近隣

講座開催希望団体:ビル管理会社 団体さま

開催担当:キャラバンメイトの方 4名 ケアプラザ職員 2名

～当日の様子～

講師となられたキャラバンメイトとの皆様は、「少し緊張するわ…」「久しぶりだから、うまくできるかしら?」などとお話しされていましたが、そこはベテランキャラバンメイトの皆様! 終始落ち着いた対応でした。参加者さまからも、「どこに相談すれば良いのか」といった質問が多数聞かれ、質疑応答も含めて認知症の方への対応へのメイトさんの熱い思いを伝えられた場になりました。

～今後の活動について～

認知症についての啓発を前に進めるため、ご依頼があればキャラバンメイト『チーム沢渡』として駆けつけます!様々な団体さまからの講座開催希望をお待ちしております!

キャラバンメイトとは・・・

「認知症サポーター養成講座」を企画・開催し、講師を務める人のことです。住民から相談を受けたり、関係機関との連携を図ったりすることで、認知症に関して地域のリーダー的役割を担っています。



※感染拡大等の状況により、いずれのイベントも中止になる場合がありますのでご了承ください。