

めぐもり 10月

発行元：横浜市沢渡三ツ沢地域ケアプラザ

住所：横浜市神奈川区沢渡56-1

電話：045-577-8210

発行責任者：所長 白神 誠敬

URL：wakatake.net/category/facility/caresawatari/



HP



Twitter



地域活動交流よりお知らせ

からだ測定会

～あなたの姿勢、見直してみませんか？～

5m歩行の動画を撮り、体のバランスや歩く力をAIが解析し、転倒リスクを解析します。また血圧測定・血流測定も実施します！

◆日時 … 10/17(月) 10:00～12:00
※測定時間1人当たり10分程度

◆場所 … 多目的ホール

◆定員 … 先着15名

◆参加費…無料

◆持ち物…室内履き・マスク着用

◆申込 … 受付中



※協力：株式会社ヤマシタ

共催：沢渡三ツ沢地域ケアプラザ・保健活動推進委員

～おやこの広場～

申込制

親子で手形アート

親子で楽しむ手形・足形アートワークショップ。お子様の「今」を形にしませんか？

◆日時 … 10/13(木)
①10:00～10:45
②10:45～11:30



◆定員 … 各回3組ずつ
(ご都合の良い時間をお選びください)

◆場所 … 地域ケアルーム・ボランティアルーム

◆参加費…700円

◆講師 … ペタペタアートアドバイザー
別府 景子さん



※マスク着用(乳幼児は除く)

<作品イメージ>

干支飾り

来年の干支は兎。かわいいうさぎの起き上がりこぼしを作って新年の準備を始めてみませんか？

◆日時 … 11/7(月) 10:00～12:00

◆場所 … 多目的ホール

◆定員 … 10名

◆参加費…①うさぎ1匹…1000円
②親子うさぎ…1200円

※お申込み時に①か②のどちらかを
お選びください。

◆持ち物…上履き・マスク着用

◆申込 … 受付中～10/15(土)まで

電話または窓口にて

◆講師 … ニングルテラス
ペーパーワークの家
丹沢 裕子さん

①うさぎ1匹



②親子うさぎ



～今後の予定～

◆おやこの広場 親子deムジカ ミニ

日時…11/10(木) 11:00～11:30

参加費…無料

申込…不要

親子で楽しめる手遊び
歌を行います！

※詳細は次号(11月号)になります

ケアプラザよりお知らせ

令和4年10月より、福祉・保健に関する相談時間が以下のようになります。

月～土 9:00～18:00

日・祝 9:00～17:00

(年末年始及び月1回の施設点検日は休館)

※上記以外の時間帯は、ケアプラザにかかる相談電話はコールセンターに転送し、対応します。