

認知症サポーター養成講座 開催しました！！



昨年11月に中川西地区センターと牛久保小学校で養成講座を実施しました。子ども達からは、「この病気のために多くの方が支えてくれていることに感謝した」「優しく接したい」などたくさんの反響をいただきました。

認知症サポーター養成講座とは

認知症について正しく理解し、認知症の人と家族を温かく見守り、支援する応援者を養成する講座です。



認知症サポーター養成講座 出張します♪

身近な家族や友人、自分自身が認知症になっても、今までどおり住み慣れた地域で、安心して暮らせるよう、一人でも多くの方に認知症の人と家族の応援者である「認知症サポーター」になっていただきたいと考えています。

自治会町内会、学校、民間企業等へ出張し、認知症サポーター養成講座を開催できます。中川地域ケアプラザまでご連絡お待ちしております♪

大人の読み聞かせ

懐かしくて心が温かくなるような・
そんな癒しを味わいましょう

日時：2月16日(金) 10:30~11:30
場所：中川地域ケアプラザ 地域ケアルーム
講師：林 昭利 さん(元NHKアナウンサー)
募集人数：10名程度
対象者：シニアの方
参加費：100円(お茶代)
申込方法：1/20(土) 10時より来館または電話
内容：読み聞かせ、太極拳(呼吸法)など



季節の薬膳講座(春)



春先に活動が盛んになる「肝」に効果のある食材を取り入れた薬膳スープをご紹介します

日時：3月15日(金) 10:00~12:30
場所：地域ケアプラザ 多目的ホール
講師：十河ゆみ 氏(薬膳フードデザイナー)
対象：地域一般(どなたでも)
参加費：1,500円※
(テキスト代、材料代、お持ち帰り用薬膳セット代)
参加定員：10名
持ち物：エプロン、三角巾(バンダナ)、筆記用具、ハンドタオル
申込み：2/15(木) 10時より来館または電話
※詳細はケアプラザ(地域交流)まで

介護者のつどい

人生の最後まで穏やかに安心して暮らす

みんなで話しましょう♪ 座談会

日時：2月22日(木) 13:00~14:30
場所：中川地域ケアプラザ
内容：地域の皆様と田中ひろみ先生との座談会
講師経歴：訪問看護ステーション管理者、
元地域ケアプラザ所長

対象：介護に興味のある方
定員：10名 参加費：無料
申込：来館または電話にて受付中

都筑区版エンディングノートもお渡しします。



～なかがわ探訪～

♡中川エリアで関わりのある活動をご紹介します♡



1/14(日)山崎公園の「焼きいもをしよう！」に行ってきました。120名くらいが参加、おいしい焼き芋に舌鼓！来年も楽しみです(笑)



(社福)若竹大寿会 横浜市中川地域ケアプラザ 〒224-0001 都筑区中川 1-1-1

☎045(500)9321 地域包括支援センター / 地域活動交流 / 生活支援

HP：<https://wakatake.net/category/facility/carenakagawa/>

担当地区 大棚町・大棚西・牛久保東・牛久保西
牛久保・牛久保町・中川・中川中央・あゆみが丘

休館日：毎月最後の日曜日(全館清掃点検日)

開館時間：9:00~21:00(日曜祝日：~17:00) 2月は開館時間に変更になる可能性があります。事前にお問合せ下さい

中川地域ケアフラッグ イベントカレンダー

★地域 ◆高齢 ✿障がい ☆子育て 講講座+ 受受付日 申申込 定定員 参参加費 対対象 持持ち物



「節分」は立春の前日2月4日ごろ。もともとは季節の分かれ目を意味し、立夏、立秋、立冬の前日も節分とされていたようです。節分で登場する鬼は邪気や厄の象徴で、鬼の手の苦手でされる生臭い鰯と柵のトゲ「やいかかし」を玄関先に取り付け、鬼が入ってこないようにする風習がありました。近頃はめっきり見られなくなりましたね。その一方で、歳の数だけ豆を食べる風習はしっかり実践している…私だけでしょうか…

月	火	水	木	金	土	日
			1 ★ふれあい中川元気倶楽部 持 13:30~ ◆Men's 倶楽部(麻雀) 12:30~	2	3 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~	4
	1日 貸館抽選 地域ケアルーム ※電話での貸館申は 11:30~					
5 	6 ☆ママと赤ちゃんのための ゆったりヨガ 申 定 対 持 10:00~	7 うちあそびです	8 赤ちゃん会 定 申 10:00~ ✿傾聴サロン You & Me 参 対 13:30~	9 ★ほっと カフェ中川 参 9:30~	10 ラジオ体操 &レクダンス 持 10:00~	11
12 ✿みんな 対 参 13:00~ 15:30	13	14 ★なかなか サロン 参 13:00~	15 ☆タンポポ ひろば 対 申 10:30~	16 ★ {「大人の 読み聞かせ」 申 定 参	17 ★囲碁・将棋開 放デー 9:30~	18 ☆みんな でポッチャ 9:30~ 11:00
19	20	21 ★うたのWA 定 申 13:30~	22 ◆中川健康 麻雀サロン 対 ★介護者の つどい 13:00~	23 田中ひろみ先生 と座談会	24	25 全館 清掃日
26 ★ほっと カフェ中川 参 9:30~	27	28 ★なかなか サロン 参 13:00~	29			

情報ラウンジ作品展のご案内 2月2日(金)~2月26日(月)まで

モラ
MOLA

「モラ」は、中米パナマクナ族の女性の民族衣装に縫い込まれる飾り布を起源とする手芸です。
今年も素敵な作品を是非ご覧ください！

お問い合わせ・お申込み

☎045 (500) 9321