

### ふれあい中川 元気 倶楽部

毎月第1木曜日 13:30~15:00  
~初めての方はお電話下さい~

<活動予定>

8月1日 ハマトレ・脳トレ・うた♫体操

9月5日 初秋の音楽セラピーと元気♫体操

場 所 中川地域ケアプラザ 多目的ホール



### 夏休みわくわく講座のご案内

#### たこおじさんのふしぎ工作

開催日：7月26日(金) 10:00~11:30

対 象：小学生以上

募 集：20名(保護者同伴でも可)

内 容：「ビー玉万華鏡」

「つづきゆるキャラ変わり続けるカード」

参加費：¥200(材料費込)

持ち物：はさみ・のり・ものさし・黒マシキ・飲み物

申込み：7/5(金)10時より来館または電話にて



#### ロバ隊長を作ってみませんか

開催日：7月29日(月) 9:30~12:00

対 象：小学5年生~一般の方

募 集：20名

参加費：¥200(材料費込)

持ち物：裁縫道具・はさみ・飲み物

申込み：7/2(火)10時より来館または電話にて



#### 絵手紙をかいてみませんか

開催日：8月3日(土) 10:00~12:00

対 象：小学1年生~一般の方

募 集：15名

参加費：¥200(材料費込)

持ち物：飲み物

申込み：7/13(土)10時より来館または電話にて



### うたサロン・中川

日 時 8月17日(土) 10:00~11:30

場 所 中川地域ケアプラザ 多目的ホール

講 師 音楽セラピスト 中川ともゆき先生

対象者 おおむね65歳以上の方

参加費 200円 定員30名

申込み 来館又は電話にて受付中



### レッツ！ポッチャIN なかがわ

開催日：8月24日(土) 9:30~11:30

会 場：中川西地区センター 体育館

募 集：36名

参加費：¥200

対 象：障害のあるなしにかかわらず小学生から大人まで

持ち物：動きやすい服装、上履き、飲み物

申込み：中川地域ケアプラザ ☎045-500-9321

7/24(水)10時より来館または電話にて



### 音楽療法を体験してみよう

心のバリアフリー「Sun Sun ひろぼ♪」

聴いたり、歌ったり、奏でたり、踊ったり みんなで音楽を楽しみませんか♪

開催日：7月14日(日) 10:30~11:30

対 象：障がいのあるなしに関わらず1歳から

未就学児の子どもと保護者

募 集：15組 参加費：無 料

来館または電話にて受付中



### 都筑区医師会 なかがわ耳鼻咽喉科

#### 福元晃先生との座談会

中川地域ケアプラザ 代理協力医の福元先生と一緒に話しませんか？

「めまいが辛い。どうすればいいの？」

「家族の音が聞き取れない。補聴器のことを教えてほしい。」など

日 時：8月29日(木) 14:30~15:30

場 所：中川地域ケアプラザ 地域ケアルーム

定 員：10名

費 用：無 料

申込み：来館または電話にて



お問い合わせ・お申込み

☎045(500)9321

# 中川地域ケアプラザ イベントカレンダー



対象・・・★地域一般 ◆高齢 ✿障がい ☆子育て


☐要申込 ☑参加費あり ☒持ち物あり

月	火	水	木	金	土	日
1 貸館抽選 9:30~ 地域ケアルーム ※電話での仮申込み 11:30~	2 ☆ママと赤ちゃんのための ゆったりヨガ ☐持 10:00~	3	4 ★ふれあい中川 元気倶楽部 ☐持 13:30~	5	6 ☆両親教室 ☐ 10:00~ ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~	7 ★今より自信が 持てる足づくり ☐持 9:30~
8 ☆赤ちゃん会 10:00~ ✿みんと ☑ 13:00~	9 10日 ★なかなか サロン ☑ 13:00~	10 ★スマホ講座 ☐持 10:00~	11 ✿傾聴サロン You & Me 13:30~	12 ★ほっと カフェ中川 ☑ 9:30~	13 ★ラジオ体操 &レクダンス 持 10:00~	14 ★✿音楽療法を 体験してみよう ☐ 10:30~
15	16 	17 ★うたのWA ☑ 13:30~	18 ☆タンポポ ひろば 10:30~ 「中川西保育園の先生とあそぼう」です	19	20 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~	21 ★みんなで ポッチャ 9:30~ ★元気度 チェック ☐持 13:00~
22 ★ほっと カフェ中川 ☑ 9:30~	23	24 ★なかなか サロン ☑ 13:00~	25 ◆中川健康 麻雀サロン 12:45~ ★介護者の つどい 13:00~	26 ★夏休み講座 ふしぎ工作 ☐持 10:00~	27 	28 全館清掃日
29 ★夏休み講座 ロバ隊長 ☐持 9:30~	30	31				

7月 情報ラウンジ作品展のご案内


## つづき折り紙を楽しむ会

展示期間  
6月30日(土)~7月28日(金)


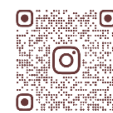


色とりどりの折り紙から季節のモチーフ  
や素敵な作品、是非ご覧ください!!

社会福祉法人若竹大寿会  
横浜市 中川地域ケアプラザ



住所：〒224-0001 都筑区中川1-1-1 HP  
TEL：045 (500) 9321  
受付時間：9:00~18:00 (日曜、祝日：9:00~17:00)  
休館日：毎月最終日曜日・年末年始  
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・あゆみヶ丘

LINE インスタグラム

※ご来館での  
ご相談は  
事前にご連絡  
ください

