

中川地域ケアプラザ☆新聞

10月号

2025年9月20日発行
発行責任者：所長 伊勢田 義紀



第5回 なかケアカレッジ 最期まで自宅で過ごすには.. 在宅医療の現状

『住み慣れた地域で自分らしく生きる!』

在宅医療に携わっている深澤りつ先生と一緒に
お話ししませんか?
皆様のご参加をお待ちしております。

日 時：10月29日(水) 14:00～15:30

場 所：多目的ホール

定 員：15名

費 用：無料

申 込：来館または電話にて受付中



～医学博士に学ぶ～

頭と心に効く栄養の話

お食事で認知症予防？ いつまでも元気でいるために

頭と心が元気になる栄養を学びましょう

日 時：11月15日(土) 10:00～11:30

講 師：医学博士 押田 恒一先生

ビューティー＆ウェルネス専門職大学教授

場 所：多目的ホール

定 員：50名

申 込：10/1より 来館または電話にて受付



税理士・行政書士による講座 &個別相談会

これだけは知っておきたい
相続税のキホン！

相続税の専門家である税理士が、ご参加の皆さまの疑問に丁寧にお答えします。個別の相談会も行いますのでまずはお気軽にご参加ください

日時：11月22日(土) 14:00～16:30

① 14:00～15:00 講座



② 15:15～15:45 個別相談(4組)
16:00～16:30 個別相談(4組)

講師：東京地方税理士会 税理士 吉田 直介先生

場所：多目的ホール

申込：来館または電話にて受付中

父親講座 3回シリーズ

1回でも可

① 「子育てはじめの一歩& 体を使った遊び」

親子ができる体操、育児に関する
座学、座談会等

日時：10月25日(土)

対象：父子(2歳児まで) 10組

講師：小川健太郎 父親育児支援講座認定講師

受付開始日：9/25(木)～



② 「子どもにウケる！絵本の読み聞かせ&仕事との 両立の工夫」 11月29日(土) <受付開始10/29～>

③ 「イライラしない子育て&夫婦のパートナーシップ」

R8年1月31日(土) <受付開始12/11～>

詳細はHP又はケアプラザ新聞11・12月号参照

①②③共通：開催時間：10:30～12:00

開催場所：多目的ホール 参加費：無料

申込方法：来館または電話にて



おれんちの

居酒屋

11/21 fri

10:30-13:00



シニア男性向けの
やさしい料理講座

参加費：1,000円

持ち物：IPアンド、マスク

バソダ、手拭きタオル

申込：10/20～(月)より

来館または電話にて

講師：清水佐知子

フードコーディネーター

身近な食材で、
秋の夜長を愉しむ晩酌
メニューを作ります♪

両親教室

日 時：10月4日(土) 10:00～12:00

場 所：多目的ホール 定 員：6組

対 象：①初めて出産を迎える妊娠20週以降の方

②都筑区在住

上記①②を満たす妊婦とそのパートナー

内 容：妊娠中の生活、赤ちゃんとの生活、沐浴、妊婦体験 等

申 込：9/10(水)～ ポポラサテライト (045-507-6856)

持ち物：『子育てガイドブックどれどれ』、筆記用具、

母子健康手帳、水分



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 申要申込 参参加費あり 持持ち物あり

月	火	水	木	金	土	日
		1 貸館抽選会 9:30~ ※電話での 仮申込み 11:30~	2 ★ふれあい中川 元気俱楽部 申持 13:30~	3	4 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~ ☆両親教室 10:00~	5
6	7 ☆ママと赤ちゃんのための まつたりヨガ 申 圖 持 10:00~	8 ★なかなか サロン 参13:00~	9 ☆赤ちゃん会 10:00~ ♪傾聴サロン You & Me 13:30~	10 ★ほっと カフェ中川 参9:30~	11 ★ラジオ体操 &レクダンス 持10:00~	12 ★うたの宅配便 参13:30~
13 ♪みんと 参13:00~	14	15 ★シング・シ ング・シング 参13:30~	16 ☆タンポポ ひろば 10:30~	17 ◆音楽 セラピー 13:30~	18 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~ ★美と健康の プログラム 13:30~	19 ★☆ みんなで ボッチャ 9:30~
20 	21 おとカフェ なかがわ 参 申 14:00~	22 ★なかなか サロン 参13:00~	23 ◆中川健康 麻雀サロン 12:45~	24 23日 ★介護者の つどい 13:00~	25 ☆父親講座 ①子育て初めての一 歩&体を使った遊び 申10:30~	26 全館清掃日
27 ★ほっと カフェ中川 参9:30~	28	29 ◆★なかケア カレッジ 最後まで自宅で過ご すには 在宅医療の 現状 14:00~	30			

10月 情報ラウンジ作品展のご案内

中川書の会

＜展示期間＞

10月2日（木）～10月22日（水）

書道は毛筆を用いた「書」で自らを
表現する芸術・・・
素敵な作品を是非
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

T E L：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



※ご来館での
ご相談は
事前にご連
絡ください



HP

