

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? いつまでも元気であるために

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 恭一先生

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「子育てははじめの一歩&体を使った遊び」

親子でできる体操、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: 小川健大朗 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

参加費: 1,000円

持ち物: I70、マク

バツナ、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



シニア男性向けのやさしい料理講座

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



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 申要申込 参加費あり 持ち物あり

月	火	水	木	金	土	日
		1 貸館抽選会 9:30～ ※電話での 仮申込み 11:30～	2 ★ふれあい中川 元気倶楽部 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 ゆったりヨガ 申 参 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～ うちあそびです	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～ 23日 ★介護者の つどい 13:00～	24	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 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

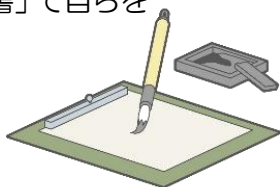
中川書の会

<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：大榎町・大榎西・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



Instagram



HP

※ご来館での
ご相談は
事前にご連
絡ください

