

中川地域ケアプラザ☆新聞

8月号

2026年7月20日発行
発行責任者：所長 伊勢田義紀

新 ふれあい中川 元気♣️倶楽部

元気♣️倶楽部は、様々な介護予防講座を実施しています

毎月第1木曜日 13:30~15:00

<9月の活動予定>

9月3日 ~歯科医師に学ぶオーラルフレイル予防~
100までおいしく食べるために！

講師：中川駅前クリニック院長
二宮 威重 先生



第2回 なかケアカレッジ

「最期まで自分らしく生きるために」
~もしばなゲームでみつける「私のたいせつ」~

お話とカードゲームを通して、
あなたの「たいせつな」価値観に
きづくかも…



日 時：8月26日(水) 14:30~16:00

講 師：ファシリテーター

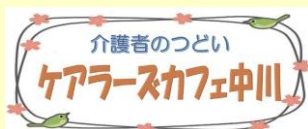
：吉井 涼子 氏（都筑区医師会）

定 員：20名

参加費：無料

予約受付中！

毎月第4木曜日は・・・



茶話会で、介護者の方々が
ホッとするひとときを…
13:00~14:30

新入職員紹介

6月から地域包括支援センターに、
社会福祉士2人が着任しました！

内田です。
障がいのある方の相談
員から異動しました。
地域の皆様のお力にな
れるよう精進します。



高橋です。
高齢者の方の生活上の
お困り事やご相談がご
ざいましたら、お気軽
にご連絡ください。



おえかき書道 予約受付中！

日 時：8月4日(火) 10:00~11:30

対 象：小学生~シニアの方

募 集：先着 10名

参加費：大 人 1500円

こども 500円

持ち物：筆ペン（軟筆）



講師
お絵描き書道家
靴 清美氏

キャンバ Canva入門講座 ②

自分新聞づくり

Canvaを使って自分新聞を作ってみよう！

日 時：8月19日(水) 10:00~11:30

対 象：Canvaアカウントをお持ちの方

募 集：先着 8名

参加費：500円

持ち物：PC またはタブレット



参加者募集中！！

申込は不要！どなたでも参加いただけます！！

開催日：毎月第3日曜日（8/16、9/20、10/18・・・）

時 間：9:30 ~ 11:00

場 所：中川地域ケアプラザ 多目的ホール

参加費：無料

持ち物：飲み物、タオルなど

共 催：和ぎ（やわらぎ）



おとなの読み聞かせ

日 時：9月18日（金）10:30~11:45

場 所：中川地域ケアプラザ 多目的ホール

講 師：林 昭利さん（元NHK アナウンサー）

募 集：先着20名

対象者：シニアの方 参加費：100円（お茶代）

申 込：8/17（月）より受付開始

内 容：読み聞かせ、太極拳（呼吸法）など



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 参参加費あり 持持ち物あり

月	火	水	木	金	土	日
7/27	7/28 おまもりを作ってみよう 10:00～	7/29 絵手紙をかいてみませんか 10:00～	7/30 ふしぎ工作 10:00～	7/31	1 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30～ 夏休みわくわく講座 中川まちなか将棋大会 申13:00～	2 1日 貸館抽選会 9:30～ ※電話での仮申込み 11:30～
3	4 ☆ママと赤ちゃんのための ゆったりヨガ 申 参 時 10:00～	5	6 ★ふれあい中川 元気倶楽部 申 持 13:30～	7	8 	9
10 ✿みんなと 参13:00～	11 	12 ★なかなか サロン 参13:00～	13 ✿傾聴サロン You & Me 13:30～	14 ★ほっと カフェ中川 参 詳細は「ほっとカフェ通信」	15 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30～ ★うたサロン 10:00～	16 ★✿みんなで ポッチャ 9:30～
17	18	19 ★CANVA② 13:30～ 申 参 訂正	20 ☆タンポポひろば 10:30～ うちあそびです	21 ◆なかケア音楽 セラピー 申13:30～	22	23
24 ★ほっと カフェ中川 参 詳細は「ほっとカフェ通信」	25	26 ★なかなか サロン 参13:00～ ◆なかケアカレッジ 第2回 14:30～	27 ◆中川健康麻雀 サロン 12:45～ ◆介護者のつどい テラス カフェ中川 13:00～	28 	29	30 全館清掃日
31		訂正				

8月 情報ラウンジ作品展のご案内

絵手紙
サークル

竹の会

素適な作品がたくさん展示されます！

＜展示期間＞

8月1日(土)～8月28日(金)



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

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：大圃町・大圃西・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



HP



LINE



Instagram

※ご来館での
ご相談は
事前にご連
絡ください

