



平成29年度 介護予防教室

今年もやってきました!



## 日吉元気塾 で元気な体づくり

日時: 5月16日 30日 6月6日 20日 (火曜日)

10:00~12:00

会場: 日吉本町地域ケアプラザ

申込み: 4月20日(木) 10:00~(先着順)

電話: 566-0360 担当: 小松田

\*内容は別途お知らせします。

対象: おおむね**65歳以上**の方

持ち物: 水分補給のための飲み物

動きやすい服装、靴、筆記用具

## コグニサイズ しませんか?

~認知機能を高めるエクササイズ~

始まる前に  
体調確認票の記載と  
血圧を測ります!



心地よい体操で、頭も体も元気にしましょう!

対象: おおむね**60歳以上** (若い方でも応相談)

会場: 日吉本町地域ケアプラザ

参加費: **300円/月** \* 事前申し込み不要です

持ち物: 水分補給のための飲み物、動きやすい服装、靴

問い合わせ: 日吉本町地域ケアプラザ Tel: 566-0360

毎月 第2金曜 13時~15時

4月の開催は**14日**です。

法テラスの日

高齢者  
障がい者

## 無料法律相談会開催

法テラスでは、法人が設立された4月10日を「法テラスの日」とし、多くの方に法テラスを知っていただくためにこの無料相談会を実施しています。

相続、成年後見、借金など、弁護士や司法書士が相談に応じます。お気軽にご連絡ください。

日時: **5月13日(土)午前中(予定)**

会場: 日吉本町地域ケアプラザ

対象: 65歳以上の方 障がいのある方

日吉本町地域ケアプラザ・包括支援センター 阿部まで  
4月10日(月)以降にお電話にてお申し込みください。

包括支援センター: 045 - 566 - 0361

ケアプラザブログをご覧ください! <http://ameblo.jp/honcho-cp/> アクセス!

平成29年度「スマイル」参加児童を募集します  
あそびにおいでよ!

地域のボランティアの皆さんとトランプやオセロを楽しんだり、絵を描いたり、簡単なお菓子を作ったりして楽しく過ごします。

日時：毎月第3金曜日（基本） 15:30～17:00

\*今年度の活動は5月19日(金)より開始します。

場所：日吉本町地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：個別支援学級に通う小学生

参加費：一人 200円/回

定員：8名（応募者多数の場合はスタッフが代わりに抽選します）

申込み期間：4月10日（月）～ 4月30日（日）

電話：(566) 0360 担当：三橋

おやつ作りも  
たのしいよ!



「みんなの交流サロン」 ほっとスペース☆ひよし

地域の方の仲間作りの場です。おしゃべりしながら、お茶・菓子を食べて、ほっこり、ゆっくり楽しい時間を過ごしましょう。

日時：4月26日（水） 場所：日吉本町地域ケアプラザ  
13:30～15:00 参加費：100円

\*予約不要

子育て関連予定

赤ちゃんサロン

ママと赤ちゃんの友達づくりや情報交換の場です。  
対象：第1子の8ヶ月～1歳未満の乳児とママ  
内容：手遊びうたやパネルシアターなど

☆4月12日(水) 10:00～11:00



子育て支援相談会

プレイルームに来ている方とお子さんを遊ばせながら乳幼児期の子育ての悩みなどを、一緒にお話できます。

☆4月6日・13日・20日・27日（木）  
9:30～11:30（好きな時間にお越しください）

◆事前予約不要 ◆参加費無料

離乳食講習会

☆5月1日(月) 10:30～11:15  
(受付:10:00～)

対象：7～8ヶ月頃のお子さんと保護者  
(離乳食を1日2回程度あげている方)  
内容：離乳食の進め方についての話  
離乳食の作り方(実演)、試食  
持物：離乳食手帳  
(4か月検診時にお渡ししています)  
離乳食スプーン・手拭き用タオル・  
食事エプロン・お子さんの飲み物



※駐車スペースはありません。  
お車でのご来館は、ご遠慮ください。