



アンチエイジングは足元から！
目からうろこの**男性のための**フットケア講座です。

日時: 1月26日(金)
2月27日(火) いずれも13:30~15:30
3月23日(金)

会場:日吉本町地域ケアプラザ 多目的ホール

講師:鈴木良江先生・川上孝子先生 駐車スペースは
ありません

参加費:無料

受付:平成30年1月9日(火)10時~先着15名程度
電話にてお申し込みください。Tel:566-0360

持ち物:①普段お使いの爪切りまたは爪やすり
②浴用タオル2本
③ハンドクリーム(お持ちの方はご持参ください)

50代~男性の
あんちえいじんどは
(アンチエイジング)
足(フットケア)から始まる

平成29年度 第4回

高齢者施設を利用する前に…。

介護者教室「有料老人ホームの選び方」

高齢者向けの住まい、施設を選ぶ際のポイントなどについて、
施設紹介センターの相談員の方に詳しくお話を伺います。

日時:平成30年1月10日(水) 13:00~14:30

会場:日吉本町地域ケアプラザ 多目的ホール

参加費: 無料 事前申し込み不要です。当日、直接お越しください。

《問い合わせ》 地域包括支援センター (566) 0361



お子さんとたっぷり遊びませんか？



日時:平成30年1月14日(日)
10:00~11:30

会場:日吉本町地域ケアプラザ

講師:山口恵美子先生(健康運動指導士)

定員:20組程度(先着順)

対象:①パパと子どもと一緒に参加できる方
②1歳~3歳まで
(※会場の都合により、ママの見学はできません)
申込み:12月18日(月)10時~
tel:566-0360

持ち物:バスタオル等下に敷く物、飲み物

協力:日吉子育てボランティアネットワーク ポコ・ア・ポコ

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

回覧

こすもす

秋桜まつり開催報告

10月22日(日)、毎年恒例の秋桜まつりを催しました。
当日は台風接近の悪天候の中、たくさんの方が足を運んでくださいました。



開館10周年 感謝の集い

秋桜まつりに先立ち、開館10周年を記念して感謝の集いを催しました。
日頃、当地域ケアプラザの運営にご尽力いただいている皆様をお招きし、細やかながら10周年を無事迎えられたことをお祝いいたしました。



ほとスペース☆ひよし

12月27日(水)
13:30~15:00
参加費:100円

介護の不安・悩み
分かち合いませんか?
『介護者のつどい』

12月13日(水)
13:00~15:00
参加費:無料



Let'

コグニサイズ

~認知機能を高めるエクササイズ~

12月8日(金)
1月12日(金)
13:00~15:00
参加費:300円

動きやすい服装で
お越しください。
飲み物も忘れずに!



楽しく脳トレ。つながり作り スリーAひよし

12月21日(木)
15:00~17:00
参加費:100円

あかるく
あたまをつかって
あきらめない



参加もお休みも
自由です
お気軽にどうぞ

会場:日吉本町地域ケアプラザ
※すべて、事前申し込み不要。お待ちしております。

子育て関連予定

◆事前予約不要 ◆参加費無料

赤ちゃん会

第1子の8ヶ月~1歳未満の乳児を対象にした「地域育児教室」です。ママや赤ちゃんのお友だち作りに、ママの情報交換に、お気軽にご参加ください。妊婦さんも歓迎です!

☆12月13日(水) 10:00~11:00
☆2月14日(水) 10:00~11:00

子育て支援者会場

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。

☆12月7日・14日・21日・28日(木)
9:30~11:30(好きな時間にお越しください)

離乳食講習会

☆1月10日(水) 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。

