

フラぶら通信

2020年
8月15日発行

48号



社会福祉法人 緑成会
横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ

〒225-8530
横浜市青葉区新石川2-1-15
たまプラーザテラス リンクプラザ4F
☎045-910-5211

検索

ホームページ
QRコード



たまプラーザ地域ケアプラザ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、横浜市からの通達に基づいた運営を再開しております。ケアプラザ事業、および貸館につきましては、事前申込制・定員制・事前検温・マスク着用・手指消毒・ソーシャルディスタンスの確保のほか、当面の間、活動内容にも一部制限がございます。3密を防ぎ、新しい生活様式に沿ったご利用へのご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。尚、貸館予約は当面の間、お電話での申込となります。

おうちで音楽会 vol.3

共催：横浜市青葉区民文化センター フィリアホール

5曲だけのコンサート 「管打楽器演奏会」

演奏：しましまのおんがくたい

9/23(水) 13:30~14:00

パブリック・ビューイング (多目的ホール①) 定員 20名・事前予約制 (先着順)

今回はフィリアホールで演奏収録！
YouTube配信とケアプラザでの鑑賞会
(パブリックビューイング) を開催します。



介護予防ポジティブエイジング講座
～頭と体をほぐす～

ナイス体操

講師：森口尚子さん

(いきいきフィットネスライフ)

10/2(金) 10:00-11:00

おおね65歳以上の方定員20名
事前予約制 (先着順) 無料

【持ち物】
・タオル
または
手ぬぐい
・飲みもの



9/1 (火) 10:00受付開始

共催：NPO法人フラワークラブなな夢
協力：みど*リンクアクション

お花と一緒にまちづくり

10/2(金) 13:30-15:30 どなたでも
定員18名・事前予約制 (先着順) 無料

【持ち物】
・スコップ
・軍手

9/2 (水) 10:00受付～ 9/17 (木) 〆切
〆切翌日に抽選結果を電話でお知らせします

おやこでトミック

9/23(水) ①10:30-11:00

②11:30-12:00

①②とも定員6組 事前予約制 入替制

あんだよ～未就園児と保護者1名 無料



発達凸凹のこども支援を 考える会

9/29(火)

10:00-11:00

定員6組 事前予約制 無料 どなたでも



介護予防チャンネル

身体の頭の介護予防
自宅できる簡単体操
コグニサイズ
頭の体操など



横浜市たまプラーザ
地域ケアプラザ

検索

たまプラ ケアプラ 地域交流



地域交流事業 チャンネル

コンサートや体操、
親子向け事業など



クイズ：この広報紙にコスモスの花はぜんぶでいくつ咲いているでしょうか？ (答えは裏面)



開催予定事業のお知らせ



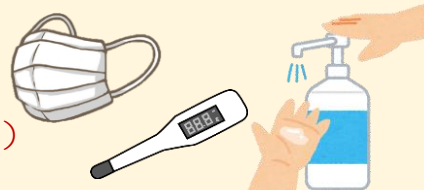
持ち物等、詳細についてはお問合せください (910-5211)

…ケアプラザ事業について…

事業に参加される方は、下記へのご協力をお願いします。

- お出かけ前の検温 (37.0℃を超える場合はお休みください)
- マスク着用
- 入館時の手指消毒
- 検温

また、今後、事業内容の変更や中止となる場合がございます。ご了承ください。



定期事業

「おりがみサロン」 9/17(木)14:00-16:00 100円 (コピー代・おりがみ代含む)
定員20名・毎月事前予約制 (先着順) ※次回10/15 (木)

「大人のぬり絵」 9/24(木)14:00-16:00 100円 (コピー代含む)
定員20名・毎月事前予約制 (先着順) ※次回10/22 (木)
※感染症予防のため、ご参加の方は色鉛筆をご持参ください

「1分体操解説講座」 9/29(火)13:00-13:30
定員20名・毎月事前予約制 (先着順) どなたでも 無料 ※次回10/27 (火)

～はじめて育児のひと息タイム～

「スマイル♡ママ」 各月全4回で1コース ※第4火曜日に翌月分の申込開始→金曜日×切
毎週火曜日10:00-11:30 定員6組・毎月事前予約制 1歳未満のお子さんと保護者 (1名)

「おもちゃのひろば」 10/14(水)①10:00-11:30 ②13:30-15:00 ※次回11/11 (水)
①②とも定員6組 毎月事前予約制 (先着順) 発達に心配があるお子さんと保護者 無料
※障がい児を育てる先輩ママがスタッフにいます

…地域包括支援センター…



045-910-5221

高齢者やその家族など、地域の方々のサポートをしています。また、相談や手続きをはじめ、介護予防のための様々な講座や事業を開催しています。お気軽にお声かけください。尚、介護相談につきましては、事前にお電話にてご予約をお願いいたします。

介護予防事業

介護予防講座・謎解き脳おおむね65歳し・ゆったりハマトレ

「たまプラ コミュニティーカレッジ」 10/6(火)10:00-11:00
おおむね65歳以上の方 無料 定員20名 (事前申込制)

～ポジティブエイジング講座～

「理学療法士と学ぶロコモ予防講座」 10/16(金)13:00-14:00
おおむね65歳以上の方 無料 定員20名 (事前申込制)

～青葉区版エンディングノート～

「わたしノートサロン～葬儀・お墓について」 10/29(木)13:30-15:00
おおむね65歳以上の方 無料 定員20名 (事前申込制)



地域の老人クラブ【朋友会】様より、非接触型体温計をご寄附いただきました。ありがとうございます！

横浜市たまプラザ地域ケアプラザ

(社会福祉法人 緑成会)

〒225-8530 横浜市青葉区新石川二丁目1-15
たまプラザテラス リンクプラザ4階

- 電話 045-910-5211
- FAX 045-910-5231
- HP <http://ryokuseikai-yokohama.jp/>

たまプラザ駅直結、リンクプラザの4階です。
(銀行の左横にあるエレベーターをご利用ください)



こたえ
54

○休館日のお知らせ○

毎月第4月曜日
9/28 (月)

※休館日は貸館申込はできません。