

認知症をみんなで予防して考える

プラぶらっとカフェ

事業のご紹介

毎月第4金曜日 13:30-15:00
当ケアプラザ 多目的ホールで開催
参加費▷300円 定員▷概ね45名
参加申し込み不要

毎回 淹れたてのコーヒーや紅茶などのお飲み物と季節に合わせたお菓子を提供しています みなさんと交流を図りながら 音楽演奏や体操などのアトラクションもお楽しみいただいております 認知症予防に関心のある方 ご家族の方は お気軽にご参加ください

認知症つながりシンポジウム2024 9.18 開催

9月のアルツハイマー月間に合わせて たまプラーザ地域ケアプラザでは 横浜総合病院 臨床研究センター・横浜市認知症疾患医療センターセンター長の 長田 乾 先生をお招きして 認知症つながりシンポジウムを開催します

◇日 時:2024年9月18日(水) 15:00~16:30

◇会 場:当ケアプラザ 多目的ホール

◇内 容:第1部 基調講演「認知症になりにくい人・なりやすい人の習慣」
第2部 シンポジウム 長田先生と参加者の皆さんによる意見交換

◇備 考:参加費無料/参加定員50名/参加ご希望の方は要事前申し込み



基調講演・ファシリテーター
長田 乾 先生

介護者のつどい 9.26 (木) 開催

13:30~15:00

介護の悩みをお話してみませんか(事前申込制)
会場:当ケアプラザ 参加費無料/参加定員10名

9 ▶ 10
月

ケアプラザ事業のご案内

各事業の詳細は ホームページ またはチラシでご確認ください

各事業のお申込み方法が異なりますのでご注意ください

対象	事業名	日時	申込方法 ※会場 当ケアプラザ
0～1歳児と保護者	親子で楽しむ おはなし会	9/11(水) 10/9(水) 10:30～11:30	先着順 ホームページから受付フォームへ 参加費300円 受付期間 9月分 8/10～ 10月分 9/11～
2カ月児～ハイハイ期児と保護者	たまプラベビーマッサージ	9/20(金) 10:00～11:30	抽選 ホームページから受付フォームへ 参加費300円 受付期間 7/15～9/5
1歳～未就園児と保護者	おやこでリトミック	9/25(水)10/23(水) ①10:00～10:30 ②11:00～11:30	抽選 ホームページから受付フォームへ 参加費300円 受付期間 9月分 7/24～9/11 10月分 9/25～10/9
生後半年～1歳半児と保護者	あかちゃんのねんね講座	9/30(月) 10:00～11:30	先着順 ホームページから受付フォームへ 参加費300円 受付期間 8/5～定員に達するまで
地域住民	健康ボイストレーニング 声を出そう! みんなで歌おう!	9/5(木) 10/3(木) 13:30～15:00	抽選 電話・窓口にて受付 参加費300円 受付期間 8/8～8/27
概ね65歳以上の方	カラダもココロもいきいき! たまプラトレーニング	9/10(火) 10/8(火) 13:30～14:30	先着順 電話・窓口にて受付 参加費300円 受付期間 8/6～定員に達するまで
概ね65歳以上の方	脳が喜ぶ・笑顔あふれる シナプソロジー <全4回>	9/24 10/22 11/26 12/24 いずれも(火) 13:30-14:30	8月中旬に受付開始予定 参加費無料 詳細は決定次第 ホームページ チラシで告知 健康運動指導士による脳トレと体操・レクリエーションプログラムです
概ね65歳以上の方	健康スイッチを押す 免疫ケアのお話	10/30(水) 午後開催予定	民間企業のヘルスサイエンス事業部 協力 詳細は決定次第 ホームページ チラシで告知

当ケアプラザでは「認知症マフ」を編むための毛糸やかぎ針の寄付を募集しております

認知症マフとは 認知症特有の症状から手元に不安を感じる人が触れたり手を通したりして落ち着けるようにさまざまな飾りを縫い付けた円柱型のニット小物です

地域の皆様のご自宅でご使わなくなった毛糸やかぎ針がございましたら 当ケアプラザまでご連絡ください よろしく願いいたします

担当: 寺田(生活支援コーディネーター)

親子のあそび場 スマイル♡ファミリー

定期開催事業(参加費無料/申し込み不要)

赤ちゃんから1歳未満	ひよこ	(火) 10:00-12:00	(木) 13:00-16:00
1歳～3歳児(未就園児)	うさぎ	(火) 13:00-16:00	(木) 10:00-12:00

横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ

(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
たまプラーザテラス リンクプラザ4階

■電話 045-910-5211

■FAX 045-910-5231

■HP <http://ryokuseikai-yokohama.jp/>

たまプラー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



次号(秋号)の「プラぶら通信」は10月に発行予定です