

横浜市釜利谷地域ケアプラザ チラシやまなみ 11月 開催事業のご案内

障がいのある方も各事業にご参加いただけます。
参加にはお申込が必要です。当日でもお気軽に お問い合わせください。



ダンス&ヨガ

- ・11月14日(土) 10/31~受付
- ・11月28日(土) 11/14~受付
- 時間:13:30~15:00
- 参加費:500円
- 対象:16歳以上の方 12名
- 簡単なダンスとやさしいヨガ
- ※高齢の方でも無理なくご参加いただけます。



次回予定 12/12、12/26

月曜日には体操を!

- ・11月9日(月) 10/26~受付
- 時間:10:00~11:00
- 参加費:300円
- 定員:15名
- 簡単なストレッチ
中心です。



講師:横浜市スポーツ協会
転倒、ロコモ、フレイル予防

次回予定 12/14

一緒に歌を歌いましょう!

- ・11月20日(金) 10/16~受付
- 時間:13:30~14:45
- 参加費:400円
- 定員:25名



童謡、唱歌、フォークソングなどを
楽しく歌いましょう。

次回予定 12/18

はりねずみのお針箱

- ・11月25日(水) 受付中
- 時間:13:00~15:00
- 参加費:無料
- 定員 18名
- 手芸、折り紙、トランプやオセロ
など。おしゃべりだけでも大歓迎です。



次回予定 1/27

【単発講座】かま活! 男だらけのギター講座

- ・11月6日(金)
- 時間:13:30~15:00
- 参加費:無料 定員:8名
- 対象:18歳以上の男性
- 誰でも簡単!一回で弾き語り!
- 魔法のギター講座 ※ギター貸出有
- 講師:理学療法士 林 伸浩 氏



リズム体操遊び Moo-Moo クラブ

- ・11月24日(火) 受付中
- 時間:10:00~11:00
- 対象:1歳半~6歳児と保護者
- 参加費:無料 定員:12組
- 親子リトミック、体を使った
ゲームなど。



次回予定 12/22(11/1~受付)

かま活! 健康麻雀部

申し訳ありません。
現在満員御礼となっております。
募集が再開しましたら
お知らせいたします。



行政書士による無料個別相談会

- 12月24日(木)14:00~15:30(お一人様30分)
- 成年後見・相続・遺言などの困り事、悩み事はありますか?
- 場所:釜利谷地域ケアプラザ 2階 ボランティアルーム
- 協力:公益社団法人コスモス成年後見サポートセンター
- ※完全予約制となります。お申込・お問合せ ☎045-788-2901



楽しく元気に!フレイル予防講座

- 11月12日(木)10:00~11:30 「知ろう!防ごう!オーラルフレイル」
- 対象:金沢区在住のおおむね65歳以上の方
- 定員:25名程度 受講無料
- 講師:とも歯科クリニック金沢文庫 歯科衛生士 鳴川唯楓氏・楊優那氏

今後開催予定の事業

今日は犬の日

12/8(火)14:00~14:30

プラレール広場

12/10(木)10:00~11:30

※11/1~受付

おはなし会

12/21(月)11:30~12:00



医療講演会 「認知症について」

- 11月30日(月)13:30~15:00
- 認知症の基礎知識・日常でできる関わり方についてお伝えします
- 場所:釜利谷地区センター 中小会議室(釜利谷南1丁目2-1)
- 講師:横浜南共済病院 健康管理センター部長 脳神経内科医 岡田 雅仁 医師
- 対象:金沢区在住のおおむね65歳以上の方 定員:30名程度
- 申込:横浜市釜利谷地域ケアプラザ 地域包括支援センター☎045-788-2901

地域包括支援センター 受付窓口時間変更のお知らせ



10月から、地域包括支援センター窓口での相談時間は**月曜日から土曜日 9時～17時**となりました。

直接ご相談を希望される場合は、上記時間内にご連絡をお願いいたします。

職員が不在の場合もございますので、あらかじめお問合せいただけますようお願いいたします。

なお、上記時間以外にいただくお電話については、転送先の「相談専用コールセンター」にて、看護師などのコールセンタースタッフがご相談をお伺いします。

隔月開催 介護者のつどい 「おしゃべり会」	11月19日（木）10:00～11:00 対 象：介護をしている方や経験者等 参加費：無料 ※申込不要	
かまりやサロン 認知症カフェ 祝日を除く毎月第4木曜日開催	11月26日（木）10:00～11:30 ※申込不要 参 加 費：無料 飲み物代：50円（お代わり自由） 対 象：認知症の方とご家族など 認知症についての話、情報交換など、美味しいコーヒーを飲みながらお話をしましょう。お気軽にご参加ください。	
こあらっこ 子育て支援者による子育て相談 年未年始と祝日を除く毎週火曜日開催	11月10日・17日・24日（火）10:00～12:00 お子さんを遊ばせたり、ゆっくり時間を過ごしながら、先輩ママの子育て支援者に相談できます。 お問合せ：金沢区保健福祉センター こども家庭支援課 045-788-7787	
カモミール 発達に心配のあるお子さんをお持ちの保護者の方のおしゃべり会	11月20日（金）10:00～11:30（祝日を除く毎月第3金曜日開催） 対象：主に釜利谷地区在住で、普通級籍・支援の必要なお子さんの保護者の方、または、支援学級・支援学校に在籍のお子さんの保護者の方 お問い合わせ：カモミール 代表：久保 chamomile.kamariya@gmail.com	
釜利谷 “親子ほっとサロン” 子育てフリースペース 祝日を除く毎月第3月曜日開催	11月16日（月）10:00～11:30 乳幼児から未就園児を持つ保護者の方で、これから友達を作りたい方やちょっと“ほっと”したい方を対象に定期的に開催しています。 主催：釜利谷子育て連絡会（釜利谷地区社会福祉協議会）	

デイサービススタッフ大募集！

時給：1,400～1,450円

時間：①8:20～17:20 ②8:20～13:20 ③9:00～13:00

資格がない方、介護のお仕事未経験の方も大歓迎！！

待遇：交通費全額支給（自転車・バイクも交通費支給）

お問合せ：採用担当 045-788-2920（上野）

見学歓迎！！

50代、60代も

活躍中！

賞与年3回！

（規定あり）

お問合せ・申込みは「横浜市釜利谷地域ケアプラザ」まで

〒236-0045 横浜市金沢区釜利谷南 2-8-1 最寄りのバス停：白山道 または パークタウン東

TEL 045-788-2901 FAX 045-788-2906

ホームページ <https://www.suminasu.or.jp/kamariya/>

釜利谷地域
ケアプラザ HP



Instagram



ご不明な点など、お気軽に
お問い合わせください。

休館日 11月2日（月）

