



# いすに座ってフラダンス



歌を手の動きなどで表現するフラダンス。  
立って踊るのは大変だけど・・・  
懐かしい歌に合わせて、座って楽しく踊ってみませんか。  
立って踊れる方もご参加ください。



- 【日時】 9月4日(水) 13:00~14:00
- 【場所】 日吉本町地域ケアプラザ
- 【講師】 池野 信子氏
- 【対象】 日吉地区にお住いの方
- 【定員】 15名(先着順)
- 【参加費】 100円(保険料など)
- 【持ち物】 タオル、飲み物
- 【申込方法】 8月15日(木)10時~

電話・二次元コードよりお申し込みください。



お申込・お問合せ  
日吉本町地域ケアプラザ  
☎045-566-0360

<https://forms.gle/eWUS9XDJTUFQsFJP6>

【重要】写真(動画)撮影、掲載について  
当日の事業の様子を撮影させていただきます。お顔や名札などが映らない様に配慮いたしますが、映ってしまった場合はこちらで画像処理させていただき、広報紙・ホームページ等に掲載させていただく事がございますのでご了承の上、お申し込みください。

# 第12回 プラザ文化祭

4年ぶりに文化祭が戻ってまいりました。皆さんの日頃の成果をぜひご覧ください。

9月21日(土) 11:00~15:30 (予定)

場所: 日吉本町 地域ケアプラザ

## ◆◆◆ 発表の部 ◆◆◆ (50音順・予定)

- ★ 飛鳥(二胡)
- ★ オカリナ
- ★ 竹君代会(日本舞踊)
- ★ 日吉音楽クラブ(ギター&二胡)
- ★ ブルーグラスランブラーズ(ギター&バンジョー)
- ★ のびのびバレエリトミックサークル(キッズ)
- ★ La fraise(オカリナ)
- ★ 武福太極拳
- ★ 森謡会(民謡)
- ★ ハーモニカクラブ“風”
- ★ LeLeコール(ウクレレ)

## ◆◆◆ 特別参加 ◆◆◆

- ★ 日吉台中学校 演劇部  
(朗読)

## ◆◆◆ 展示の部 ◆◆◆

- ★ 絵手紙教室 あざみ会
- ★ お花の会エルブ
- ★ 書を楽しむ会
- ★ ストロベリーローズ  
(フラワーアレンジ)

こちらから、ホームページや  
Twitterをご覧ください。



ホームページ



Twitter



LINE

※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。



# 高齢者支援



	日程	定員	詳細	申込み期間
予約不要	認知機能を高める エクササイズ <b>コグニサイズ</b>	25名	運動と計算などを組み合わせたエクササイズ、 ステップ運動 【参加費】300円 【持ち物】飲み物・タオル ※自宅にて検温・血圧測定をお願いします。 日吉本町地域ケアプラザ 小口(こぐち) 566-0360	事前のお申し込みは不要ですが、25名を超えた場合は入場をお断りすることがございます。
	<b>もみじ会</b>	25名	座ってできる体操やみんなで楽しめるレクリエーション 【参加費】3ヶ月1,200円または1回200円 【持ち物】飲み物・タオル 日吉本町地域ケアプラザ 小口(こぐち) 566-0360	
	認知症予防 脳活性化プログラム <b>スリーAひよし</b>	※入場人数が三十人を超えた場合はご入場をお断りします	【参加費】100円 【持ち物】飲み物・ハンカチ 日吉本町地域ケアプラザ 小松田 566-0360	
	みんなの交流サロン <b>ほっとスペース☆ひよし</b>	9月25日(水)	9月は ケアマネジャーのお仕事のお話と音楽会です。 【受付】12:45~ 【参加費】100円 日吉本町地域ケアプラザ 小松田 566-0360	
	<b>介護者のつどい</b>	9月11日(水)	【対象者】介護中の方、介護を経験された方 日頃の介護の悩みや不安を、同じ悩みを持つ皆さんで分かち合いませんか? 日吉本町地域ケアプラザ 門脇・宮崎 566-0360	

# 子育て関連予定

子育て支援センター 港北区福祉保健センター



	日程	定員	対象・内容
予約不要	<b>赤ちゃん会</b>	25名	対象:7~12ヶ月児とママ(原則として第1子) 内容:手遊びうたやパネルシアターなど 港北区福祉保健センターこども家庭支援課 電話:540-2365 mail:ko-kodomokatei@city.yokohama.jp 予約制を廃止しました。当日会場へ直接お越しください。
	<b>子育て支援者会場</b>	44名	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、一緒にお話しできます。 ※8月15日はおやすみです。
	<b>ほんちよ</b>	26名	対象:未就学児 日吉本町ケアプラザの大きいお部屋を開放します。

定員を超えた場合は、先に来られた方からお声がけさせていただきます。

※駐車スペースはありません。

