

リーベ川島

あいさつで地域に広がる笑顔の輪



春はすぐそこまで来ていますが、季節の変わり目は体調を崩しやすい時期でもあります。体調管理に留意して元気に春をお迎え下さい。川島地域ケアプラザは新年度も更に充実した講座を揃えて参加者を募集致します。奮ってご参加下さい。

横浜市川島地域ケアプラザ

〒240-0045

横浜市保土ヶ谷区川島町 360-2

☎ 045-370-1550

Fax 045-744-6443

発行責任者 所長 内田節子

平成27年3月1日 発行

要申込

遺言書の必要性がわかる講座



遺言書 という言葉は知っているものの・・・
「何のために必要なの?」「いつどうやって作成すればいいの?」
「どういった内容に書けばいいの?」
そんな疑問に専門の行政書士の方が分かりやすく説明します。

遺言・相続・成年後見制度など
無料相談会もございます。



日時：平成27年3月24日(火)

①講演会 13:30~15:00

②個別無料相談 15:00~16:00

(行政書士による、相続、遺言、後見制度などに関する相談会)



場所：横浜市川島地域ケアプラザ 2階多目的ホール

講師：高橋 亮太 行政書士

共催：一般社団法人 コスモス成年後見サポートセンター 横浜中地区

参加費：無料

申込締切日：3月23日(月) ※②だけのご参加はご遠慮ください。

窓口かお電話でお申込みください。 担当：早川



3月13日(金) 26日(木)
13:00~14:30

参加費：100円 童謡・唱歌をみんなでうたいましょう

無料 篠崎先生の健康相談

日時

3月は4・18日

14:00~16:00

担当：

篠崎医院

院長 篠崎先生



🍀 ホームページ更新しました! ぜひご覧ください 🍀

<http://www.apollon.or.jp/kawashima-cp/index.html>



消防署が教えてくれる 消火・避難訓練

火災に備えませんか？

消防署による講習会です。



H27年 **3月27日** (金)
13:15~14:30



1. 避難訓練

ケアプラザでの火災を想定して、職員と一緒に訓練を行います。

2. 消火訓練

消火器を使って初期消火の訓練をします。

3. 搬送訓練

物干しざおを使って人を運ぶ技を学びます。

場所

川島地域ケアプラザ

対象者

地域の方どなたでも

参加費

無料

お申込

お電話、ケアプラザ窓口でお願いいたします。

担当：阿部

健康講座

今回のテーマ

無料



「その腰痛危険かも!?」
～骨粗しょう症・腰椎すべり症～

3月12日(木) 13:30~15:00

講師：左近山中央診療所
福村正院長

背中を下にして眠りにくい・身長が縮んだという方必聴です。講師がご質問にもお答えします。ぜひご参加下さい。

地域の交流の場として
福祉活動の場として

貸室をぜひご利用ください!

ご利用前には団体登録が必要です。

ご登録条件

- * 団体の人数が5名以上であること
- * だれでも参加できること
- * 営利目的でないこと

貸室使用料について

活動内容によって、無料・有料と異なります
詳しくはお問合せください。 担当：阿部



無料

毎月第2・4火曜日

ほっとホット茶屋



3月は10・24日 (火) 10:00~15:00
どなたでもご参加
頂ける地域の方
たのお茶飲み場です。

毎月第4土曜日開催

室内スポーツ **ポッチャ**
るーぶ

3月28日(土)

10:00~12:00

対象者

無料

ポッチャに興味のある方
お身体に何らかの支障
のある方

当日直接会場へお越しください



毎月第2水曜日開催

無料

子育て親子広場



3月11日

10:00~12:00
2階多目的ホール

対象：未就園児
保育園児と一緒にリズミ体操&フリースペース
参加費：無料

無料

毎月第4水曜日

子育て親子教室

ぺこぽこ教室

対象者

特別支援教育士にご相談頂きます。

遊びと音楽を通して先生と一緒に
お子さんを育てていきませんか。

3月は**25日**(水)

10:00~11:30

子育てが大変・・・と感じている
お子さん(未就学児)とその親
お問合せ：阿部

