

# 地域包括支援センターよりお知らせ



## 介護者のつとめ特別講話企画

### 「がんばりすぎない介護」

### ～ちいきで支える認知症～

介護をがんばりすぎていませんか？

介護をする側も受ける側も過度な負担なく肩の力を抜いて

頼れるものは何か介護とどう向き合ったらよいかを皆さまと一緒に考えたいと思います

日時: 3月17日(金) 10:00~11:30(開場9:30)

受付開始: 2月10日より※定員になり次第受付終了

場所: 神大寺地区センター 中会議室

横浜市神奈川区神大寺2-28-10

市営バス(36系統.82系統.88系統) 神奈川土木事務所前バス停徒歩1分

参加費: 無料 定員: 25名

申込方法: 片倉三枚地域ケアプラザ

地域包括支援センターへご連絡ください

TEL: 045-413-2571



講師: 医療法人活人会  
高齢者グループホーム横浜ゆうゆう  
管理者 井上義臣氏



横浜市片倉三枚地域ケアプラザ

2023年2月号(1月20日発行)

# 2月さんぽ道

横浜市神奈川区三枚町199-4  
電話: 045-413-2571  
発行責任者: 所長 田村順子

来館される時は、マスク着用・手指消毒をお願いします。  
発熱がなくても、体調の悪い方は来館をお控えください。  
靴の履き間違い防止のため、上履きをお持ちいただき、外履きは各自管理をお願いします。

## パパ 育児応援企画 子育てはじめての一步&体を使った遊び

【日時】令和5年2月11日(土)

10:30~12:00

【場所】片倉三枚地域ケアプラザ  
多目的ホール

【内容】体を使った遊びと学び

【対象】パパと子供(0歳~未就学児)

【定員】10組(先着順)

【参加費】無料

【申込・問合せ】地域活動交流

岩井まで(私も2児のパパです!)

☎ 045-413-2571

### 講師紹介

蓮沼 桜雲 氏

神奈川区在住の  
3児のパパで  
現在育休中!



NPO法人 全日本育児普及協会 認定講師  
NPO法人 ファザーリングジャパン 賛助会員

共催: NPO法人 全日本育児普及協会

子育てパパ必見!  
近所のパパ友を作ろう!

## 梅を見に行こう

～大倉山公園散策ウォーキング～

【日時】2月21日(火)

10:00~12:30

\*小雨決行

【集合場所】10時

東急東横線東白楽駅

改札前(現地解散)

【対象】65才以上

【定員】10名

【参加費】自己負担(交通費など)

【申込・問合せ】江口 安次嶺

TEL: 045-413-2571



## 好評につき 第2弾 行政書士無料相談会

成年後見制度・遺言・相続を  
中心に無料でご相談頂けます

【日時】2月22日(水)

13:00~15:00(1枠30分程度)

【場所】片倉三枚地域ケアプラザ

ZOOM(オンライン)でも相談できます

【相談書士】山中行政書士事務所

山中祐輔行政書士

【対象】地域の方・地域で活動するケアマネさんなど

【定員】4枠まで(先着順となります)

【申込・問合せ】地域包括支援センター 高橋・高田

TEL 045-413-2571

ZOOM参加希望の方は下のQRコードから

申し込みフォームにご入力ください。

申し込みが定員となった場合はお断りする場合がございますのでご承知ください。



### 子育て情報



すくすくかめっ子~親子のたまり場~

【下三枚町】

下三枚町会館(三枚町152 神明社境内)  
第3月曜日 10:00~12:00

【上三枚町】

三枚地区連合自治会会館(三枚町685)  
第2木曜日 10:00~12:00

【片倉地区連合自治会】

片倉会館(片倉5-5-13)  
第2木曜日 10:00~11:30

【片倉(プレイパーク)】

片倉うさぎ山公園(片倉2-42)  
第2水曜日 10:00~15:00

【片倉台団地】

片倉台団地第一集会所(片倉1-17-31)  
第1金曜日 10:00~12:00

【神大寺】

南神大寺団地集会所(神大寺2-9-5)  
第4木曜日 10:00~12:00

【神大寺西町】

ママといっしょ!(神大寺2-29-29-207)  
第1木曜日 10:00~12:30 5組(予約制)



子育て支援日

片倉三枚地域ケアプラザ 毎週金曜日 10:00~11:30 8組(予約不要)