

# 初音が丘地区センターだより

お問合せ・お申込み 〒240-0031 保土ヶ谷区藤塚町15-1 電話352-3992



## 包丁・はさみ研ぎ教室

正月前にお家の刃物をリフレッシュさせましょう

ご持参の刃物で研ぎのテクニックをお教えします。  
興味がある方！一度体験したい方！お気軽に  
ご参加下さい。お家の刃物が鋭い切れ味に！

開催日：12月12日(土)

時間：10時～12時

定員：先着16人 参加費：500円

持ち物：研ぐ刃物



11/15 (日) 9:30から窓口申込

## 知って得する介護の知識

～介護で不安になっている皆様へ～

今井地域ケアプラザ共催講座

開催日：下記 全4回 毎回個別募集

時間：13時～14時30分

対象：在宅介護に携わっている方、  
興味のある方、悩んでいる方、  
健康な方も参加できます！

各回先着20人(要予約)

参加費：無料(各回共)



申込受付中

## サロンコンサート

ヴァイオリンとフルートとピアノによる

♪日本の名曲3重奏コンサート♪

演目：春の海、戦場のメリークリスマス、あなたが好きで  
エトピリカ、情熱大陸、日本の四季メドレー  
他にクリスマス曲等々

開催日：12月18日(金)

時間：13:30～14:30

対象：どなたでも

定員：先着30人

参加費：200円



11/15 (日) 9:30から窓口申込

## パネルシアターとお話会

子育て支援者でもある「ぴよぴよ」と一緒に遊び  
ましょう。お話のコーナーでは、季節や年齢に  
合わせた本の紹介や読み聞かせを行います。

開催日：11/14(土) 毎月第2土曜日

時間：11時～12時

対象：未就学児とその保護者

定員：先着30人

参加費：無料 ※当日直接会場へ



①無理のない介助をしよう！ 11月5日(木)

～誰でもできる！移乗・移動の介護～

無理・無駄な動作をせずに、最小の  
労力で最大の効果を挙げる効率の  
良い身体の使い方(ボディメカニクス)  
を学びましょう。



②時短料理を作ろう！ 11月19日(木)

～誰でもできる！簡単レンジ調理法～

電子レンジを利用して、時間と手間のかから  
ない美味しい料理を作ってみましょう。

【献立】・キャベツとひき肉の重ね蒸し  
・ブロッコリーの胡麻和え  
・その他



③福祉用具を体験しよう！ 12月3日(木)

～体験しよう！最新福祉用具～

在宅向けの最新の福祉用具を  
知りましょう。実際に福祉用具を  
使い、使い勝手の良さを  
体験してみましょう。



④認知症を学ぼう！ 12月17日(木)

～誰でもできる！認知症の理解～

認知症について正しく理解し、認知症の  
人への基本の対応として  
「3つのないプラス1」  
を学びましょう。

驚かせない！

否定しない！

急がせない！

自尊心を  
傷つけない！



初音が丘地区センター 《指定管理者》 一般社団法人 保土ヶ谷区区民利用施設協会

住所 〒240-0031 保土ヶ谷区藤塚町15-1 電話 045-352-3992

開館時間 月曜日～土曜日 9:00～21:00 日曜・祝日 9:00～17:00

休館日 毎月第3月曜日(祝日の場合は翌平日)

