

若葉台クラブ

11月5日(火)に若葉台クラブにおじゃましました。今回は介護保険制度の説明と高齢者の入所施設の種類のついて話しました。たくさんの参加者の皆さんから、活発に質問が出ていました!



葉山島サロン

11月20日の葉山島サロンにて足腰体カテストを行いました!今回は介護予防運動指導員の久保田利夫先生をお迎えして、正しい姿勢のお話もありました。次回はクリスマス会の予定です♪是非お越しください!!



町屋 福寿会

10月21日(月)に町屋福寿会にうかがいました。今回は介護保険制度と相模原市の在宅福祉サービスについてお話をしました。



50名を超える参加者の中でも男性も多く、皆さん真剣に耳を傾けていました!

久保沢 長寿会

10月18日に久保沢長寿会におじゃましました。音楽療法士の立川直子先生をお迎えし、皆さんで懐かしい歌を歌って盛り上がりました♪「また来年も〜!」という感想もあり、皆さんの笑顔が見られました!



城山うたおーか

新しい歌声グループが誕生します♪懐かしいフォークソングやこれから広がっていく歌を楽しく歌いませんか?

日時 12月16日(月) 10時30分~12時
場所 城山保健福祉センター 1階 健診室
費用 100円 (歌集はお貸しします。)
持ち物 のどが渇くので、飲み物をご持参で。
次回は1月20日(月)になります。

平成25年度 転倒骨折予防教室 開催しました!

平成25年度 転倒骨折予防教室 開催しました!平成25年11月7日~11月28日の毎週木曜日、転倒骨折予防教室を城山公民館にて開催いたしました。今回は、山口恵美子先生をお迎えし脳トレを兼ねた楽しい体操を行い、笑顔いっぱいの教室となりました。初日と最終日には、体力測定を行い、参加者の皆さんのハツラツとした姿が、とても印象的でした。



W! しろやま 12月号

メールもお待ちしています!
sp985uh9@biscuit.ocn.ne.jp

城山地域包括支援センター
偶数月発行 Vol. 28, 2013
電話:042-783-0030
FAX:042-783-0038

城山もみじまつり・福祉のつどいが開催されました!

平成25年10月20日(日)、原宿公園にて第37回「城山もみじまつり」が開催されました。

残念ながら当日は強い雨のため、ステージプログラムは中止、城山地域包括支援センターのテントブースも正午で終了とさせていただきました。雨の中ご来場くださった皆さん、ありがとうございました。来年は晴れますように・・・♪



平成25年11月3日(祝)に城山保健福祉センターにて「城山地区 福祉のつどい」、川尻八幡宮にて「鎮守の森の手作り市」が開催されました。

福祉のつどいでは介護用品の展示や足裏測定会を行い、車椅子やベッドに触れたり、自身の足を知る良い機会となりました♪

鎮守の森の手作り市のステージでは、口腔体操として早口言葉の紹介や、「城山わがまち」のコーラスを披露させていただきました♪



お知らせ

平成26年2月13日、2月27日の木曜日に、城山もみじホールにて、介護予防教室でおなじみの高垣茂子先生が講座を開催します。これからもずっと、城山地域を生き活きとさせてくれる皆さんのご参加をお待ちしています!詳細は城山保健福祉センター等のチラシをご覧ください。

発行:相模原市
城山地域包括支援センター
住所:相模原市緑区小倉1620
電話:042-783-0030
FAX:042-783-0038



平成25年度 総合介護予防教室 元気回復塾 開催します!

日時:平成26年1月22日から2月12日の毎週水曜日。13時30分~15時00分
場所:城山保健福祉センター 2階 和室
持ち物:運動しやすい服装・汗拭きタオル

今回は健康運動指導士の原 眞奈美先生をお迎えして、楽しい音楽にのって健康体操を行います♪有酸素運動は介護予防に効果的と言われています。リズムに合わせて体を動かしてみませんか?

お申込み・お問い合わせ
城山地域包括支援センター
電話:042-783-0030 担当:奥田

認知症サポーター養成講座 開催します!

地域の方々を対象に認知症サポーター養成講座を開催します。認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けられるように、周囲が「認知症」の理解を深め、支えていくことができる、あたたかい地域づくりをめざします。是非お申込みください!

日時:平成26年1月25日(土) 13時30分~15時00分
場所:城山保健福祉センター 1階 健診室

お申込み・お問い合わせ
城山地域包括支援センター
電話:042-783-0030 担当:前田



お知らせ 2013年12月15日(日) 13:00開場 13:30開演

相模原市立城山文化ホール もみじホール城山

第10回クリスマスチャリティーコンサート

- 第1部 13:30開演 音楽付き紙芝居 **無料**
「くるみ割り人形」&クリスマスソング
- 第2部 14:00開演 クラシックの世界へ
★歌劇「ジャンニ・スキッキ」より「私のお父さん」(ブッチーニ) ★愛の夢(リスト) ★春の海(宮城道雄) 他
- 第3部 15:10開演 アンサンブルの世界へ
モーツァルトのオペラから「ふるさと」まで♪

主催 つばみの会 090-3506-8606 (事務局)
後援 相模原市、相模原市教育委員会
相模原市社会福祉協議会城山地域事務所



城山地域の予定表

1日	日	
2日	月	
3日	火	お気軽体操 (久保沢) 高次脳機能障害みどりの会
4日	水	
5日	木	お気軽体操 (原宿・向原)
6日	金	城山うたごえサロン (もみじ)
7日	土	
8日	日	
9日	月	
10日	火	お気軽体操 (久保沢)
11日	水	
12日	木	お気軽体操 (町屋) ひまわり会 (向原地区) さわやかサロン (若葉台地区)
13日	金	
14日	土	
15日	日	
16日	月	城山うたおーか (保)
17日	火	お気軽体操 (久保沢)
18日	水	町屋あけぼの会 (町屋地区) 葉山島サロン (葉山島地区)
19日	木	お気軽体操 (原宿・向原) 小倉ゆめサロン (小倉地区) なごまーる (原宿地区)
20日	金	若葉ほっこりーな (若葉台地区)
21日	土	
22日	日	ふれあいカフェ (久保沢地区)
23日	月	
24日	火	お気軽体操 (久保沢)
25日	水	
26日	木	お気軽体操 (町屋)
27日	金	
28日	土	
29日	日	
30日	月	
31日	火	



平成26年



城山地域の予定表

1日	水	元旦 あけましておめでとうございます。
2日	木	
3日	金	
4日	土	
5日	日	
6日	月	
7日	火	お気軽体操 (久保沢)
8日	水	
9日	木	お気軽体操 (町屋) ひまわり会 (向原地区) さわやかサロン (若葉台地区)
10日	金	城山うたごえサロン (もみじ)
11日	土	
12日	日	
13日	月	
14日	火	お気軽体操 (久保沢)
15日	水	町屋あけぼの会 (町屋地区) 葉山島サロン (葉山地区)
16日	木	お気軽体操 (原宿・向原) 小倉ゆめサロン (小倉地区) なごまーる (原宿地区)
17日	金	若葉ほっこりーな (若葉台地区)
18日	土	
19日	日	
20日	月	城山うたおーか (保)
21日	火	お気軽体操 (久保沢)
22日	水	総合介護予防教室 (保)
23日	木	お気軽体操 (町屋) 高次脳機能障害みどりの会
24日	金	
25日	土	認知症サポーター養成講座 (保)
26日	日	ふれあいカフェ (久保沢地区)
27日	月	
28日	火	お気軽体操 (久保沢)
29日	水	総合介護予防教室 (保)
30日	木	
31日	金	

