



令和6年

事業のご案内(12月号)

申込み・問い合わせ
ピオラ市ケ尾地域ケアプラザ
電話：(045) 308-7081

“ピオラ秋祭り”を開催しました！

❁11/16(土) 5年ぶりにお祭りを開催。フルーツ演奏・高校生のジャグリング・踊りや手話本格的な人形劇・ボランティアさんの豚汁にクッキー販売と盛りだくさんの楽しいイベントになりました。



久しぶりに屋上も利用しての開催となり賑やかな声に包まれました！
ピオラの畑で収穫したサツマイモは「一くち焼き芋」として皆さんに振舞われました
ご参加いただきましてありがとうございました❁

入口横の窓に子どもたちが絵を描いてくれました😊



※申込は〈先着順・事前申込制〉申込開始日のないものは **電話・来館**にて受付中です

日食ヘルスサポーター養成事業

「高齢期のフレイル予防」

日時：**12月6日(金)**
13:00~14:30

定員：14名 / 参加費：無料
内容：・フレイル予防、低栄養予防、口コモ予防の食事の工夫について
・調理実習・試食

持ち物：筆記用具、エプロン、三角巾

※事業終了者には一助日本食生活協会より「ヘルスサポーター証」を発行します

主催：ヘルスメイト市ケ尾地区
共催：ピオラ市ケ尾地域ケアプラザ



「カラダセット 親子de体操」

～産後のアフターケア&赤ちゃんの運動能力アップに！～

日時：**12/12(木)・1/23(木)**
10:20~11:10

対象：3ヶ月～ヨチヨチ歩きのお子さんと保護者
定員：8組
参加費：600円(全2回・保険料込み)
持ち物：飲み物・バスタオル
講師：川田貴美恵氏



「暮らしの備え」

～『もしも』の健康リスクに備える～

日時：**1月24日(金)**
13:30~15:00

定員：30名 / 参加費：無料
内容：・在宅避難時の安全対策と備蓄品
・あなたの地域の災害リスク度は？
・ストック食材で美味しい非常食の実演・試食

申込：**12月5日(木)**より受付開始

主催：ヘルスメイト市ケ尾地区
共催：ピオラ市ケ尾地域ケアプラザ
青葉区福祉保健センター健康づくり係



「わくわくおはなし会③」

～絵本・うた遊びを親子で一緒に♪～

日時：**1月16日(木)**
10:30~11:15

対象：未就園児までのお子さんと保護者
定員：8組

参加費：無料

講師：EMIOおはなしグループ

申込：**12月2日(月)**より受付開始



「高齢者施設・住まいの相談センター」出張相談

予約優先制

毎月 第2木曜日

12月12日(木)・1月9日(木)

【問合せ・予約先】

☎045-342-8866

高齢者施設・住まいの相談センター

- 年末年始のご案内 - 12月29日(日) ~ 1月3日(金) は 休館日 です

お休み処 Viola



12月13日(金)・1月10日(金)
13:30 ~ 15:00

毎月第2金曜日の午後 ビオラ4階のホールで開催しています。広いスペースで景色を見ながらちょっとひと休みにお立ち寄りください。

淹れたてコーヒー、ボランティアさんの手作りクッキーあります!



飲み物代: 100円 (手作りクッキー付)

協力: ビオラボランティア



4階庭園 カリンの実を描いてきてくれました



【定例事業のご案内】 ◆事業は参加費無料 ※まずは電話で問合せください

事業名	開催日	開催時間
◆こもれ陽「市茶(いっさ)」 おしゃべりしたり 何かを作ったり おひとりでもお気軽にお越しください	毎月 第2月曜日・第4木曜日 12/9(月)・1/13(月祝) 12/26(木)・1/23(木)	10:15~12:00 13:15~15:00
◆フリースペース (囲碁・将棋) 初めての方も楽しくできます どなたでもお気軽にお立ち寄りください	毎月 第2・第4月曜日 12/9(月)・12/23(月) 1/13(月祝)・1/27(月)	13:30~15:30
◆ニットカフェ 毛糸や編み針をお持ちください	毎月 第3水曜日 12/18(水)・1/15(水)	13:30~15:30
地域交流カフェ「いちがお」 主催: 地域交流カフェボランティア	毎月 第4水曜日 12/25(水)・1/22(水)	13:00~14:30

「子育て広場」 ✨事前に確認ください ✨

◆親子の交流広場「どんぐり」 毎月 第1金曜日 12/6(金) ※1月は休み 10:30~11:45 11:00頃より おはなしキッチンによる読み聞かせ 親子でゆっくりお過ごしください		◆いちがおっ子 市ヶ尾在住の0歳~3歳までの親子 12/20(金)・1/17(金) 10:00~11:30	
◆赤ちゃん教室 市ヶ尾町在住の第1子の0歳児と保護者 12/18(水) 10:00~11:15 ※1月は休み		✿えだにしひろば 市ヶ尾西在住の0歳~未就学児までの親子 12/2(月) 10:00~11:20 ※1月は休み	



ビオラ市ヶ尾
地域ケアプラザホームページ



Q何の花でしょうか?
(答えは下に)



ビオラ市ヶ尾地域ケアプラザ

◎開館時間 月曜日~土曜日 9:00~18:00
日曜日及び祝日 9:00~17:00

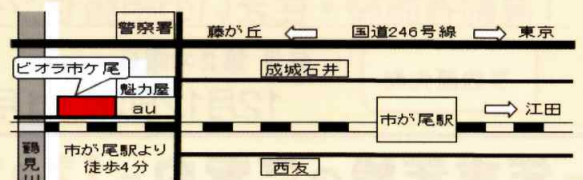
◎休館日 毎月第3月曜日 (施設点検日)
年末年始 (12月29日~1月3日)

住所: 青葉区市ヶ尾町25-6

電話: 045-308-7081

答え: ビオラの花です

夜間(18時以降)の貸館については事前予約制
地域包括支援センターの相談業務については
9時~17時まで行っております



※auショップ裏の4階建の茶色の建物です