

### 防災センター体験ツアー

### みんなの森アレンジメント

### 親子カナツチの水泳教室

### 園芸ボランティアのランチ会

## 『コグニサイズ』募集中

9月5日(月)より全4回で『コグニサイズ』を開催します。(9/5、10/17、11/7、12/5)

『コグニサイズ』とは、体を動かしながら脳を鍛える、脳活性化運動です。脳と身体を一緒に使い、楽しく認知症の予防と健康促進を目指します。今回は人工知能を搭載したコミュニケーションロボット「PALRO (パルロ)」君も指導者として参加します。詳しくは常盤台コミュニティハウスまでお問い合わせください。

**横浜市常盤台コミュニティハウス**  
 〒240-0067 横浜市保土ヶ谷区常盤台 53-2 (横国西門前)  
 ☎ 045-348-8277 fax 045-348-8288  
 e-mail [tokiwadai-ch@space.ocn.ne.jp](mailto:tokiwadai-ch@space.ocn.ne.jp) HP <http://tokiwadai-ch.roukyou.gr.jp/>  
 開館時間 月～土 9:00～21:00 日・祝 9:00～17:00

happy まーけっと  
**Happy Market 9月号**

〒240-0067 No.83  
 保土ヶ谷区常盤台 53-2  
 横浜市常盤台コミュニティハウス  
 発行責任者：小川 洋子  
 平成 28 年 8 月 20 日

今年の夏は4年に1度のオリンピックが開催され、日本人選手の活躍に日本中が沸きました。来月にはケアプラザと共催で行われるヘルキー秋フェスタを控え、オリンピック同様、皆様楽しんで頂ける内容を計画中です。お誘い合わせの上、多くの皆様のご来館をお待ち申し上げます。

スタッフ一同

### 自主事業のお知らせ

自主事業	9月	時間	対象	参加費	予約有無
コグニサイズ	5(月)	10:00~12:00	—	100円	○
歌声サロン	6(火), 20(火)	13:00~14:30	—	100円	○
手作りとんぼフローチ	6(火)	10:00~12:00	—	300円	○
スポーツ吹き矢	14(水)大会 28(水)	13:00~14:30	—	100円	○
親子3B体操	16(金)	10:00~11:30	未就園児親子	300円	○
ｽﾎｰﾝ-ｸﾞﾙｰﾌﾟ ﾏﾞｰｷﾝｸﾞ ～国大生と歩こう～	29(木)	13:00~14:30	—	100円	○
自主事業	10月	時間	対象	参加費	予約有無
ヘルキー秋フェスタ	2(日)	10:30~15:00	—	無料	×
歌声サロン	4(火), 18(火)	13:00~14:30	—	100円	○
簡単!オシャレ!キッズヘアアレンジ講座	5(水)	13:00~14:30	—	100円	○
ワンコインランチ	12(水)	11:00~13:00	—	500円	○
スポーツ吹き矢	12(水)	13:00~14:30	—	100円	○
ﾄﾞｰﾙ-ｸﾞﾙｰﾌﾟ 「ハロウィン工作」	13(木)	10:00~12:00	未就園児親子	100円	○
コグニサイズ	17(月)	10:00~12:00	—	100円	○
終活講座「物と心の整理術」	20(木)	13:00~15:00	—	無料	○
親子3B体操	21(金)	10:00~11:30	未就園児親子	300円	○
ｽﾎｰﾝ-ｸﾞﾙｰﾌﾟ ﾏﾞｰｷﾝｸﾞ ～国大生と歩こう～	27(木)	13:00~14:30	—	100円	○

(注) 日程・時間等は変更になる場合がありますので、事前にご確認下さい。



**お申込み&お問い合わせ**  
**☎045-348-8277**



# 9月のカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
★	★	★	★	1㊟	2㊟ ※ポニョ ※ｽｯﾌﾟ会	3 ※書道
4 ※囲碁	5 コグニサイズ ※自彊術	6 子育て相談 歌声サロン とんぼ70-7	7	8 ハ-67-8 ※ふれあいサロン	9 ※ときわコーラス	10
11 ※百人一首	12 ガーデニング	13 子育て相談 キッス(音あそび) ※Let's Sing!	14 ｽｯﾌﾟ-7吹き矢 ※ビュ-ティ-3B	15	16 親子3B体操 ※ｽｯﾌﾟ会	17 ※書道
18 ※囲碁	19(敬老の日)	20 子育て相談 歌声サロン	21 ※ポニョ	22(秋分の日) ※ふれあいサロン	23 ※あそびの会 ※ときわコーラス	24
25 ※百人一首	26 【休館日】	27 子育て相談 キッス(音あそび) ※Let's Sing!	28 ｽｯﾌﾟ-7吹き矢 ※ビュ-ティ-3B	29 ｽｯﾌﾟ-7吹き矢 ※ふれあいサロン	30 ※ふれあいサロン	★

※…自主グループの催し

㊟…次月度集会室優先予約日

㊟…予約が重なった場合の抽選



# 10月のカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
★	★	★	★	★	★	1㊟ ※書道 秋フェスタ準備
2㊟ 秋フェスタ	3 ※自彊術	4 子育て相談 歌声サロン	5 ハアレン講座	6	7 ※ポニョ ※ｽｯﾌﾟ会	8
9	10(体育の日)	11 子育て相談 キッス(音あそび) ※Let's Sing!	12 ｽｯﾌﾟ-7吹き矢 ※ビュ-ティ-3B	13 ハ-67-8	14 赤ちゃん教室 ※ときわコーラス	15 ※書道
16 ※百人一首 ※囲碁	17 コグニサイズ ※自彊術	18 子育て相談 歌声サロン	19 ※ポニョ	20 終活講座	21 親子3B体操 ※ｽｯﾌﾟ会	22
23 ※百人一首 ※囲碁	24 【休館日】	25 子育て相談 キッス(音あそび) ※Let's Sing!	26 コミ運営委員会 ※ビュ-ティ-3B	27 ｽｯﾌﾟ-7吹き矢 ※ふれあいサロン	28 ときわカフェ ※ときわコーラス	29

※…自主グループの催し

㊟…次月度集会室優先予約日

㊟…予約が重なった場合の抽選

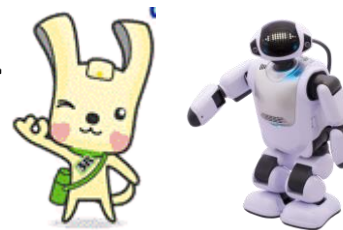
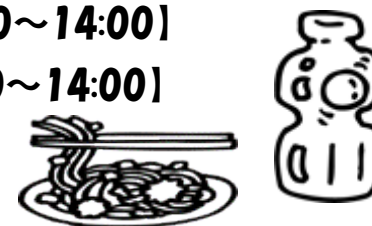
お申し込み&お問い合わせ

**045-348-8277**



# ヘルキ-秋フェスタ 10/2(日)開催!!

- ゴミのミニ収集車乗車体験 [10:30~14:00]
- スタンプラリー「ケアプラザ・コミュニティハウスのなぞ」 [10:30~]
- 子ども向けゲーム [10:30~14:00]
- ときわカフェ [11:00~14:00]
- 包括支援センター相談コーナー [11:00~14:00]
- 介護予防コーナー(コグニサイズ) [11:00~14:00]
- 福祉用具展示 [11:00~14:00]
- 売店 [11:30~売り切れまで]  
(ちらし寿司・焼きそば・フランクフルト・焼き菓子・飲み物・  
手作り豆腐・皮製品・陶器・野菜・園芸 出店予定)
- 保土ヶ谷中学校吹奏楽部コンサート [14:00~15:00]



横浜3Rの  
イーオちゃんと  
コグニサイズの  
パルロが  
来るよ



イベント準備のため  
10/1(土)13:00から  
10/2(日)10:30までは

2階集会室・学習室・プレイルーム及  
びロビーはご利用いただけません。



ご迷惑を  
おかけしますが、  
ご協力を  
お願い  
致します。

