

ワッピバ！

しろやま

6月7月号

お問い合わせ
 発行：城山地域包括支援センター
 電話：042-783-0030
 偶数月発行 Vol. 97, 2025

新たに、ライブラリ城山で百歳体操が始まります！



- 町屋地区 毎週(月) 9:30~10:30 町屋自治会館
- 久保沢地区 毎週(火) 10~11:30 久保沢自治会館
- 原宿地区 毎週(火) 10~11:00 原宿自治会館
- 城山地区 毎週(火) 14~15:00 プロムナード

6月18日スタート!!
 近所の方は
 ぜひご参加ください♪

New!! 毎週(水) 10:00~11:00 **ライブラリ城山**
 (城山1-2-3)

- 城北地区 毎週(木) 9:30~10:30 城北自治会館
- 小倉地区 毎週(金) 13:30~14:30 小倉自治会館
- 原宿地区 毎週(金) 14~15:00 そんぼの家 城山
- 中沢地区 毎週(土) 10~11:30 中沢自治会館

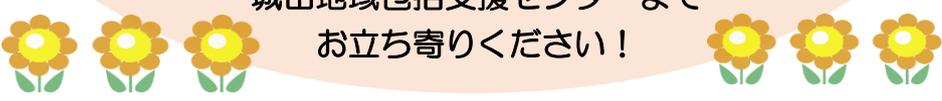
- ※お気軽体操 町屋 毎週(木) 10~11:00 町屋公園
- ※ラジオ体操 城山 (土)以外 9~9:15 城山自治会館広場

百歳体操に参加したい方、新しく立ち上げたい方も募集しています！
 まずは城山地域包括支援センターまでご連絡ください！



オレンジガーデニングプロジェクト

9月の認知症月間に向けてオレンジガーデニングプロジェクトを行います。テーマカラーのオレンジの花を咲かせて「認知症の方にやさしいまちづくり」を推進していきましょう。マリーゴールド、キバナコスモスの種を配布していますので、ご希望の方は、城山地域包括支援センターまでお立ち寄りください！



メダカの里親さんを探しています！

事務所で飼っているメダカにたくさんの赤ちゃんが生まれました！
 赤ちゃんのメダカを大切に育ててくれる里親さんを募集しています。
 まずは一度見にお立ち寄りください。



集いの場

わかば保健室

内容：「おなか元気教室」

日時：6月2日（月） 13：30～

講師： 東京ヤクルト販売(株)
岩崎友紀 氏

内容：「認知症について」

日時：7月7日（月） 13：30～

講師： 広瀬病院 認知症認定看護師
小林直美 氏

会場：（いずれも）若葉台自治会館 ※参加費無料

気軽に！「個別無料相談会」15：00頃～

地域で働く看護師、薬剤師、リハビリ職、栄養士に

気になることを相談してみませんか？

どなたでも参加できます
直接会場へお越しください

権利擁護

「成年後見相談会」

将来の手続きの不安、今できることを
相談してみませんか？

日時：6月18日（水）10：00～12：00

7月16日（水）10：00～12：00

（毎月第3水曜日 10：00～）

※相談は無料です。必ず申込をしてください。

内容：成年後見制度についての相談（1人約1時間）

講師：コスモス成年後見サポートセンター松村行政書士

会場：城山総合事務所1階

城山地域包括支援センター

申込み・問い合わせ：城山地域包括支援センター

家族介護教室

認知症家族会を 開催します！

悩みや苦楽を
みんなで話しませんか？

日時：7月12日（土）13：30～

場所：決まり次第お伝えいたします。

対象者：認知症があるご家族がいる方

参加費：無料

申込み：城山地域包括支援センター

地域ケア会議

今年度は“駐車場が無いために往診やヘルパーなどの介護保険サービスが
スムーズに導入できない”という課題と、“移送支援”について検討していきます。

地域介護予防教室

お口^U元気でいい笑顔

内容：介護予防の健康体操と口腔体操

講師：健康運動指導士 原 真奈美 先生

日時：令和7年7月16日水曜日

10：00～11：00

場所：城山自治会館（城山2-4-52）

※公民館ではありません

持ち物：飲み物、タオル、室内履き

参加費：無料

申込期間：令和7年7/1(火)から7/8(火)

城山地域包括支援センターまで

城山自治会館

ハックルベリー

セイムス

宮沢歯科

餃子の雪松

UBASE相模

お茶屋

丸亀製麺

セブンイレブン