〒222-0032 横浜市港北区大豆戸町 423-3 菊名台ハイム102 〇090-8305-1006 FAX 045-299-6432 コミュニティ振興協会 投稿や問合せ 掲載や取材の希望はえがお編集部までお気軽に 🖂 info@kouhokuegao.com



駅にほど近いお宅に。昭和38年現在の菊ト電器に再就職をし年ほど働き、その後に

後は地元の電気

の「合が厳しい」と登ってもそうだが、は九合目。山はどに山に例えると、

し後を歳

私たちが建物の傷みを

調査し保険申請の

サポートをします

、桐生高等工から熊谷中学

のお陰で生きていものですね。

先生に師事

事が縁で古地図や横浜浜開港資料館を訪ねた浜」を訪れてみようと様

築年数10年以上なら・・・

相談無料

知ら

ようと横

延雄さん 93歳 銀鈴会コーラス ズンバ教室 絵画サロン |えがおオリジナル認知症講座

俳句 短歌 港北区 いいね!情報局!

えがおの広場 えがおの先生! KARAさん

お金を振り込んで!

キャッシュカード預かります! 港北警察署 546-0110

人兄弟の長知られた長

でときは、とても嬉!東京都知事賞を頂! 3水墨画など間の水彩画。2

をや開

ΙП

会

った

生活の様子

~ご自宅まで訪問します~

リハビリ・機能訓練 はり・きゅう・マッサージ

◆ 麻痺や拘縮、浮腫み等で動かしづらい

◆ パーキンソン病・脳疾患後遺症・その他難病 ◆ 健康保険証が使えます(医師の同意が必要)

5 045-620-0597

平日 9:30~17:30(土日祝は除く)

🥌 株式会社オーシャン

請求は一切ございません 神奈川県はおりた保険金の内35%+消費税を頂戴しております

頃、隠退後の松下と尋ねると【五-



からだ元気治療院 横浜港北店

元介護支援専門員・元ケアプラザ職員 KARA(唐戸真紀子)先生はヨガを 中心にシナプソロジー、ラフター:笑

刺激する体操。 <u>①いつでもどこでも誰でもOK</u> <u>②簡単に体</u> 幹(腹横筋)を刺激できる ③全身をバランスよく鍛えること ④腰痛予防・肩こり予防・尿漏れ予防などに大きく 役立つ! というとても人気の体操です。

シナプソロジーやヨガの指導経験も豊富なKARAさんは、もと

RDA横浜や眼ヨガ、指ヨガなど精力的に活動中です。

教室情報 あへあほ体操

第2土曜(10時~)・第4火曜(13時半~) 日吉本町地域ケアプラザ 第1·3木曜(13時半~)

その他、お問い合わせやご依頼・ご相談は □090(2752)3018 smilykarato2525@gmail.com

©090-8305-1006 info@kouhokuegao.com

あ

検索。

ご見学 介護相談 ご予約は

港北区限定!プラチナ世代 交流フリーペーパー 無料 えがお 10月号(第20号) 2019年9月15日発行(毎月15日) 一般社団法人地域コミュニティ 振興協会 〒222-0032 横浜市港北区大豆戸町423-3-102

info@kouhokuegao.com TEL 090-8305-1006 FAX 045-299-6432 克美企画 編集長 本間克之

ko-kouza@city.yokohama.jp

カーサプラチナ日吉



5 「 受付時間 / 9:00~21:00 」 ロックロ カーサブラチナ日吉 株本

「また自分で歩きたい、通院が辛い、 機能訓練が続けられない」かたへ

「再発防止トレーニング」により、安心・快適な生活の 「通院がかなり楽になった」「自力で歩けるようになった」 などのお声をいただいております。

2045-947-4310 KEIROW





1**時半**(開始時間 11月21日(月)

半講座

20 10 分月 20 小 日

っで 一夕 🏧

だ6合時!

「1人ひとりのご利用者様に合わせたプラン」や お手伝いをいたします。

まずはお気軽にご相談ください。 KEiROW 新横浜ステーション

✓弁護士・税理士推薦 ✓トラブルなし 「えがおを見た」とお伝えください 安心の完全成功報酬制 いますぐ **- 保険金の支払いに至らなければ ――** お電話を

見積無料

台風や大雪による建物の傷みで

戸建て平均70万円の保険金が受け取れます。

調査無料

✓安心の1300件の実績

保険金が受けとれます。

045-306-6340

https://www.ogawa-hompo.com

お試し体験受付中!!