



『和み』

地域活動交流からのお知らせ

皆さんの活動の輪を広げるお手伝い

参加者募集!

街歩き スマホカメラ講座

山手イタリア山庭園

で屋外撮影のコツ
を学ぼう!

6月4日(土)

9:30~11:30

※ケアプラザに集合、小雨決行
(荒天時はケアプラザにて座学)

- 参加費：200円 ※要事前予約
- 定員：10名 (スマホをお持ちの方)
- 持物：スマートフォン、飲み物
- 講師：黒田耕治さん (フォトストラクター)



～手縫いで作る布小物～

お裁縫講座

6月5日(日) 12:30~15:30

バネぐちポーチを学びましょう!

初心者の方も大歓迎!

- 参加費：800円
- 定員：10名
- 講師：北野圭子さん サイズ：約15cm×15cm
- 持物：上履き、お裁縫道具 ※要事前予約



ポーセリン講座

～オリジナルのお皿づくり～

6月25日(土) 10:00~11:30



A,縦15.4cm 横19cm 深さ2cm B,直径19.2cm 高さ4.5cm

- 材料費：A 楕円形お皿：700円
B 深皿：800円
お一人様2枚まで(組合せ自由)
※当日の追加作成はできません

- 定員：12名 ※要事前予約
- 講師：深谷住江さん
- 持物：上履き、お手拭き 申込締切：6/17
作品は焼成して約1週間後のお渡しになります

出張! 八聖殿 辻説法

～鎌倉御家人・超入門～

八聖殿で人気の歴史講座を
中村地域ケアプラザで出張開催!!

6月18日(土)

13:30~15:30

源氏とは? 平氏とは?

頼朝は、なぜ鎌倉に幕府を開いたか? などなど解りやすく
お話しして頂きます。

- 参加費：200円 ●定員：20名
- 講師：横浜市八聖殿郷土資料館
館長 相澤竜次さん
- 持物：上履き ※要事前予約



手芸サロン

毎月第4金曜日開催

5月27日 9:00~15:00

都合の良い時間にご利用下さい

- 持物：手芸の材料 ●参加費：無料



講座のお申込みは、先着順に受付しています ☆

★お申し込み・お問い合わせ Tel: 045-260-5100 Fax: 045-260-5102

ケアプラザの自主事業は近隣地域の方を優先いたします

司法書士・行政書士**無料**相談会

(成年後見・遺言書・相続・不動産・各種登記など)

日本シルバーサポート協会
信夫 武人 行政書士日時 : 令和4年6月25日(土)
13:00~17:00(1組1時間迄)

場所 : 中村地域ケアプラザ

問合せ : 中村地域ケアプラザ包括支援センター
045-260-5100 **※事前予約制となります**

増田先生のお話コーナー 「遺伝子について」

初夏はツツジの季節ですが、一つの木の中に色違いの花が混じっていたり、部分的に色が変わっている花が見つかる事があります。これは色素を作る遺伝子の突然変異によるそうです。

人間でも様々な病気に遺伝子の突然変異が関係します。遺伝子が関係する病気の代表は癌で、一つの細胞の中で2~10個の癌遺伝子に変異すると癌細胞になると考えられています。特に、家族性乳癌卵巣癌症候群と言われる病気では、BRCA1・2という遺伝子の変化を生まれつき持っていることで乳がんや卵巣がん、前立腺癌などが家族内に多発する事がわかっています。また、最近の癌治療では癌細胞の遺伝子検査の結果により、その癌に有効な抗がん剤が判定できる場合もあります。

癌以外では生活習慣病や認知症などの遺伝子の研究も進んでいます。これらの病気では一つ一つの遺伝子の影響は小さいと考えられますが、遺伝子の機能が低下している人が乱れた生活を続けたり、加齢の影響が加わる事で病気になると考えられます。

「癌家系」「脳卒中家系」「糖尿病家系」等の人では元々病気に関係する遺伝子を他人より多く持っている可能性があるため、きちんと検診を受けたり生活習慣を改善することが大切です。

中村地域ケアプラザ協力医 碧水脳神経外科クリニック 増田 励

5月11日(水) 12:30~



おいしいパン&焼き菓子

へいへいほー 出張販売 / 中村ケアプラザにて

マイバッグお持ちください
売れ切れ次第終了となります

ケアプラザをご利用の際は、コロナウイルス感染拡大防止対策にご協力をお願いします

・マスク着用・当日の検温・手指消毒・上履き持参

お部屋のご利用後は、テーブル・椅子・使用備品などの

消毒をお願いします