

ケア24久我山だより

発行：杉並区地域包括支援センター ケア24久我山 No. 77 【令和5年5月発行】

家族介護教室

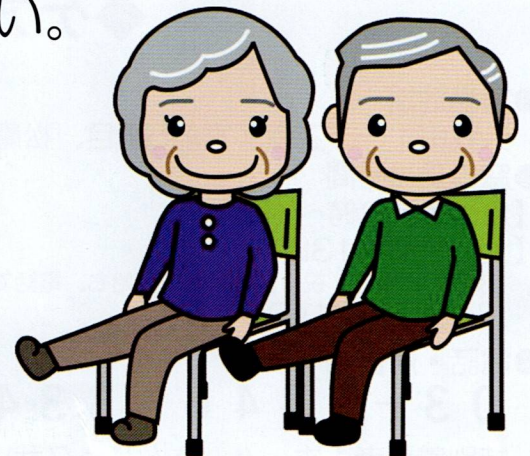
気軽に実践！お家で出来る簡単体操

日時 令和5年6月20日（火）
13時30分～14時30分
場所 久我山会館2階 集会室
内容 気軽にお家で出来る簡単体操
講師 ろうけんくがやま 理学療法士
金森夏翠先生
定員 20名 申込順
参加費 無料
申込先 ケア24久我山 ☎ 03-5346-3348



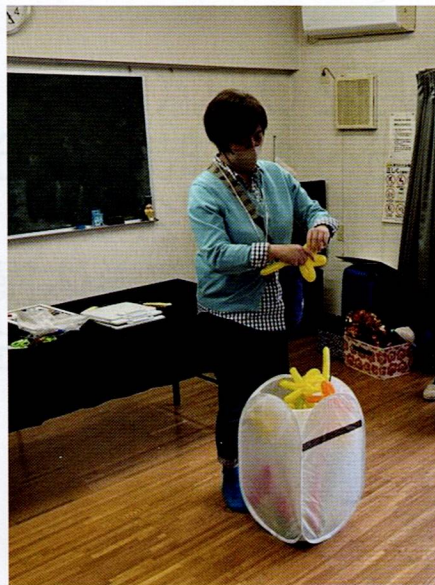
介護する方、される方、ともに役立つ体操をリハビリ専門職から学びましょう。

筆記用具、お飲み物をご持参ください。



令和5年3月27日に久我山4丁目第二アパート集会室で第4回こもれび会を開催しました。

地域の方々にご参加いただき、座ってゆっくりお話しをされたり、折り紙、マジック、バルーンアート等、様々な形で交流することが出来ました。



◆ケア24久我山の案内◆

- 担当地域
久我山1～5丁目、宮前5丁目、松庵1丁目
- 窓口受付時間
【月～金】9時～19時
【土】9時～13時
夜間、日曜日、祝日および年末年始も、電話でのご相談は24時間受け付けています。
- 電話・所在地
03-5346-3348
特別養護老人ホーム さんじゅ久我山内1階
(久我山3-47-16)

