

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, 78 【令和5年8月発行】

家族介護教室

シニア世代のこれからの
住まいや暮らしを考えよう

日時 令和5年9月21日（木）

13時30分～14時30分

場所 久我山会館2階 集会室

内容 有料施設について

講師 ロイヤル入居相談室

中村 茂

定員 20名 申込順

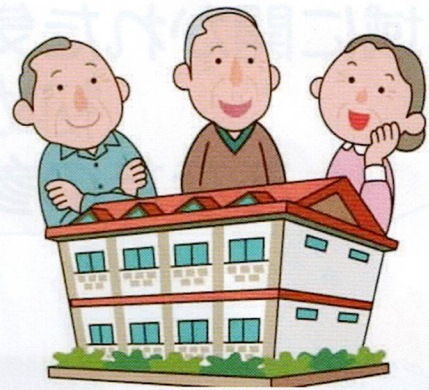
参加費 無料

申込先 ケア24久我山 ☎03-5346-3348

申込受付開始は9月1日（金）からです。

窓口受付時間 月～金曜 9:00～19:00

土曜 9:00～13:00



「いつ、どうなったら施設に入所したらいいの？」
もしもに備えて施設に入るタイミングをこの講座で
一緒に学びましょう。

こもれびサロン

《日時》 毎月第4金曜日
14:00~16:00



- お茶を飲みながら楽しくおしゃべり
- 折り紙工作
- 頭や手足を使って脳トレ
- フレイル予防体操
- 季節の歌をうたう
- 講師を招いてお役立ち情報など



みんなで楽しいひと時を過ごしましょう。
地域に開かれた気軽なサロンを目指しています。
初めての方も大歓迎！
あなたの参加をお待ちしています。

【開催場所】
久我山4丁目第二アパート
集会室（15棟1階）
久我山4丁目50-15

【問い合わせ先】
ケア24久我山
☎03-5346-3348

