

## 連 携 施 設

1

**高野台地域包括支援センター**  
練馬区高野台1丁目7番29号  
☎ 03-5372-6300

高齢者、そのご家族のための総合相談窓口です。  
お電話にて、お気軽にご連絡ください。

2

**練馬区立富士見台地区区民館**  
練馬区富士見台3丁目10番1号  
☎ 03-3926-1091

囲碁、将棋などのレクリエーションや入浴を利用できます。  
(ご利用に当り、個人登録が必要です。)

3

**練馬区立南田中敬老館**  
練馬区立南田中5丁目15番25号  
☎ 03-3995-5538

憩とくつろぎの場、健康づくり、趣味活動などの支援。  
練馬区にお住まいの60歳以上の方ならどなたでも  
ご利用できます。(ご利用に当り、敬老館が発行した  
「利用証」が必要となります。)

4

**練馬区立高野台敬老館**  
練馬区立高野台2丁目25番1号  
☎ 03-3996-5135

憩とくつろぎの場、健康づくり、趣味活動などの支援。  
練馬区にお住まいの60歳以上の方ならどなたでも  
ご利用できます。(ご利用に当り、敬老館が発行した  
「利用証」が必要となります。)

5

**グランダ井荻**  
練馬区南田中1丁目22番21号  
☎ 03-5923-7280

有料老人ホームです。いつでもご見学が可能です。  
短期間でご利用可能なショートステイや地域の方  
に無料でご利用いただけるフリースペースがあります。  
お気軽にご相談ください。

6

**ニチイホーム練馬高野台**  
練馬区南田中3丁目17番11号  
☎ 03-5923-0071

有料老人ホームです。いつでもご見学が可能です。  
短期間でのご利用、緊急のご入居相談窓口として、  
お気軽にご相談下さい。

7

**メディカルリハビリホームまどか富士見台**  
練馬区富士見台1丁目17番22号  
☎ 03-5971-3055

有料老人ホームです。いつでもご見学が可能です。  
医療対応のある方のご入居相談窓口としてお気軽に  
ご相談ください。

8

**練馬区立南田中図書館**  
練馬区南田中5丁目15番22号  
☎ 03-5393-2411

本やCDの貸出はもちろん、定期的にイベントや  
講演会なども開催しています。地域の皆さまにとって、  
気軽に使えて身近に感じられる「ご近所図書館」を  
目指しています。

9

**スポーツクラブネサンス練馬高野台**  
練馬区高野台1丁目7番17号  
☎ 03-5372-1006

「あなたの気持ちに寄り添いながら完全サポートします」  
悩み、目標、ライフスタイルをお聞きして、無理のない  
メニューを作成 途中経過を定期的にチェックしながら、  
目標達成まで完全サポートします。「カラダの悩み、  
ダイエットの相談から健康相談まで」お任せください。

## 連 携 団 体

**(株)ジェイモード**

練馬区豊玉中4丁目12番1号  
オーベル練馬センティア124号  
☎090-5567-3889

簡単に効果的な体操指導や脳を活性化する  
プログラムを提供。どこでも出張いたします。

**そうごう薬局練馬高野台駅店**

練馬区南田中3丁目7番30号  
☎03-5393-1201

よい医療を支え、よりよい社会づくりに貢献します。  
すべての病院の処方せんをお受けします。  
健康相談を行っておりますので、お気軽にご相談くださ  
い。

**ボランティアグループ『福朗会』**

練馬区富士見台1丁目22番4号  
富士見台特別養護老人ホーム内  
☎ 03-5241-6010

富士見台地域の高齢者が住み慣れた地域で安心し、  
幸せにいらしていただくために仲間作りや介護予防・認知症  
予防など地域の高齢者やそのご家族に役立つイベント、  
小さな集まりを実施しています。  
一緒に活動して下さる方を募集しています！

## 連 携 団 体

**薬局アポック**

練馬区高野台1丁目3番7号 NFプラザⅡ1階  
☎ 03-5910-3161

どちらの病院の処方せんでも受付いたします。  
健康相談、血圧測定などお気軽にお越しください。  
笑顔で対応いたします。

**認定栄養ケア・ステーション  
メディケアクリニック石神井公園**  
練馬区石神井町2-8-21MJYビル3階  
☎ 03-6913-2278

いろいろな栄養情報を発信したり、お宅にお伺いし  
てお食事の相談に乗ったりしています。  
出張栄養講座も行っておりますので、食事のことが  
気になる方はぜひご相談ください。

**みんなのドア**

練馬区富士見台2丁目47番14号  
☎03-3990-5578

図書室と談話室の2室あります。誰でも自由に使えま  
す。図書室では地域の人たちのギャラリー展がありま  
す(油絵、はり絵、手芸品等)。談話室では楽しいイベ  
ントを募集中です。

『高齢者の方々が安心して  
生活できるまちづくり』

2月号 2020.1.30.発行

元気シニア応援プロジェクト!

# ふぁみりあ177

「高齢者の方々が安心して生活できるまちづくり」

富士見台・南田中・高野台にお住まいのシニアの皆様にお元気で  
お過ごしいただくために、地域で行われている活動をご紹介します。  
参加希望の方は、直接施設にお問合せのうえ、気軽にご参加ください。



- 裏面の施設で マークがある施設では、ベルマーク、  
書き損じはがき、使用済み切手をおあずかりしています。
- 疲れた時、急にトイレに行きたくなった時、連携施設では、  
気軽に休めるソファや休憩場所、トイレをご用意しています。  
お気軽にお立ち寄りください。

