

「住み慣れた地域で 安心した生活を続けよう！」

- ・光が丘地域包括支援センター職員がご説明いたします。
- ・ご参加自由です。ご友人、ご家族の方へお声かけ頂き、是非お出かけください
- ・当日は感染予防対策を行いながら実施いたします。
- ・旭町南地区区民館でも参加申し込みできます。(共催 旭町南地区区民館)

第1回 「ひとり暮らしでも大丈夫?(ひとり暮らし事業)」

日時: 6月14日 午後2時~午後3時30分

場所: 旭町南地区区民館

講師: 梶・広瀬(光が丘地域包括支援センター)

第2回 「健康でいるためには?(健康フレイル予防)」

日時: 8月

場所: 旭町南地区区民館

講師: 光が丘地域包括支援センター職員

第3回 「もの忘れが気になりだしたら?(認知症)」

日時: 10月

場所: 旭町南地区区民館

講師: 光が丘地域包括支援センター職員

第4回 「掃除や買い物が大変!足腰も鍛えないと! (介護保険)」

日時: 12月

場所: 旭町南地区区民館

講師: 光が丘地域包括支援センター職員

第5回 「お金は大切、契約もちゃんとしたい(成年後見)」

日時: 1月

場所: 旭町南地区区民館

講師: 光が丘地域包括支援センター職員

第6回 「自分の最期はどうしたい?(終活)」

日時: 3月

場所: 旭町南地区区民館

講師: 光が丘地域包括支援センター職員

光が丘地域包括支援センター新聞

〒179-0072 東京都練馬区光が丘二一九一六
電話: 〇三―五九六八―四〇三五

令和4年もコロナで始まりました。
一日も早く終息しますようにー
どんな時代であっても、住み慣れた
地域で安心した生活が送れるよう支
援をしてまいります。

