第5回 地域 元気！ ふれあいフェスタ

令和8年 10月17日(土)

開催時間　10:30～12:00

申し込み不要

「歩けなくなってきたな」
「自分の運動は合っているのかな」
「人との関りが減ってきたな」
そう感じる方、「どうしたらいいの？」
そのお悩みや介護サービスに関して
興味をもって頂くためのフェスタです

どなたでもお気軽にお立ち寄りください



参加事業所：（敬称略）

- 元気ジム光が丘店
- シンシアリハビリデイサービス光が丘店
- トータルリハ光が丘店
- にぎやかデイサービス
- ニック



会場は裏面

≪ お問合せ ≫
☎03-6904-0312
東京都練馬区光が丘3丁目3番1-103号
光が丘南地域包括支援センター



地域　元気！ふれあいフェスタ 会場

東京都練馬区光が丘3丁目3番4号

コーシャハイム光が丘第二集会所

「3-3-4集会所」

協力：JKK東京

参加事業所

元氣ジム光が丘店

「ルネサンス元氣ジムのオリジナル体操」で脳と体を元氣にします！



シンシアリハビリデイサービス光が丘店

ご自宅で出来る個々に合った簡単な運動のご提案をいたします！



トータルリハ光が丘店

お口の大切さを皆様にお伝え致します！



にぎやかデイサービス

あなたが主役になれるデイサービス！



ニック

色々な福祉用具をお手に取り実際に試してみてください。

