

練馬地域包括支援センター通信

連絡先

練馬区練馬2-24-3 電話番号:03-5984-1706

月曜日～土曜日、8:30～17:15 ※祝日や年末年始はお休みです。

<http://www.nerima-swf.jp/office/29?c=11>

令和3年

冬号

生きがいつくりリーフレットを作成しました。

練馬地域の4つの生きがい団体の皆様と、コロナ禍でも出来る、生きがいつくりのアイデアを載せたリーフレットを作成しました。

コロナ禍も「ほっ」とできるひと時のヒントに是非ご活用下さい。

①いきいき体操



いきいき体操さんからは、自宅で出来る簡単な体操を教えてくださいました！

②ふろしき・ねこの手広場



ふろしき・ねこの手広場さんからは、自宅で簡単に出来る、白菜とベーコンの温かスープのレシピを教えてくださいました。

③庭のちぐさ



庭のちぐささんからは、折り紙を切って作る、さくらの花びらの切り紙を教えてくださいました。

④練馬すずしろ会



練馬すずしろ会さんからは、総合運動場で行っている、ラジオ体操や練功十八攻のご様子を教えてくださいました。

生きがい団体マップ



生きがいつくりリーフレットでは、地域の4つの団体の活動概要や連絡先も掲載しております。是非ご活用ください。「うちの地域でも、こんな生きがいつくり団体があるよ！」というご情報も併せて募集しております。よろしくお願い致します。

