

お知らせ

ほのぼのボール体操

毎月第2金曜日、ボールを使った簡単な体操を行っています

予定：7月8日 9月9日 10月14日

11月11日 12月9日 1月13日 3月10日

※8月と2月はお休みです

時間：13：30～15：30

場所：南大泉青少年館(練馬区南大泉1-44-7)

持ち物：室内履き・飲み物

高齢者の相談会

奇数月の第3火曜日、お困りなこと、心配なことなどお気軽にお話に来てください

予定：7月19日 11月15日 1月17日

3月21日

時間：13：30～14：30

場所：東大泉敬老館

(練馬区東大泉7-20-1 電話：3921-9129)



〈お問い合わせ〉 大泉高齢者相談センター 大泉支所

区の福祉サービスのご案内

高齢者食事サービス

ひとり暮らしなどの65歳以上の方で、お体や生活の状況により定期的な食事の確保が困難な方に、必要に応じ週に1～3食の範囲でお食事を提供することにより、地域で安心して、健康に暮らし続けることができるよう支援します。

〈食事サービスの内容〉

○会食サービス デイサービスセンターに通所して、会食形式でお食事を提供します

○配食サービス 配食事業者が調理したお食事を、ご自宅まで配達します

〈対象〉65歳以上で、次の①～④のいずれかにあてはまる方

①ひとり暮らし高齢者

②高齢者のみ世帯の高齢者

③日中独居の高齢者(高齢者のみ世帯を含む)

④障害者と高齢者のみで生活している世帯で特別な事情にあることを区長が認めた高齢者

〈費用〉会食サービス 1食600円

配食サービス 1食410円～670円



高齢者見守り訪問員(ボランティア)募集

練馬区では住みなれた地域で安心して暮らし続けられるように、地域のボランティア(見守り訪問員)が65歳以上のひとり暮らしの方を定期的に訪問するなどして安否確認を行う高齢者見守り訪問事業を実施しています。

高齢者見守り訪問員として区に登録し、東大泉6・7丁目、南大泉1～4丁目で開催していただける方を募集しています。

〈活動内容〉

週1回程度、この事業を利用されている高齢者の自宅に訪問し、安否確認を行います。安否確認の方法は、①玄関先での声かけ、②外からの見守り(郵便受けなどの確認)の2通りです。

〈登録方法〉

大泉高齢者相談センター大泉支所へご連絡ください



脳のトレーニング 解答

①

3	1	4	2
4	2	3	1
2	4	1	3
1	3	2	4

②

4	3	1	2
2	1	3	4
3	4	2	1
1	2	4	3

大泉高齢者相談センター 大泉支所

練馬区 東大泉 1-29-1 ゆめりあ1 4階

TEL 03-5387-2751 FAX 03-5387-2784

〈担当地域〉 東大泉6・7丁目 南大泉1～4丁目