

お知らせ

ほのほのボール体操

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：5月13日 6月10日 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

健康&脳フィットネス体操

「ふりふりグッパー」

歌いながら楽しく出来る体操です。お仲間と一緒に歌って踊ってみませんか？偶数月の第4金曜日に行っています

予定：6月24日 8月26日 10月28日
12月16日 2月24日

時間：13：30～15：00

場所：南大泉地区区民館

(練馬区南大泉2-19-26)

〈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

○高齢者見守り訪問

〈対象〉65歳以上のひとり暮らしの方で、他の福祉サービス等による見守りが得られない方

〈内容〉地域のボランティア(見守り訪問員)が週1回程度訪問し、声かけや戸外からの見守りを行います

〈費用〉無料



○高齢者福祉電話

〈対象〉65歳以上のひとり暮らし、または65歳以上世帯の方で、他の福祉サービス等による見守りが得られない方

〈内容〉週1回電話訪問を行います

〈費用〉無料

春の風景



大泉井頭公園の桜

寒い冬を乗り越えて
咲いた桜の花。きれいですね。

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丁目で活動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お申込みください
電話 03-5387-2751

脳トレーニング 解答

- ①さんま ②ししゃも ③こうなご
④あいなめ ⑤あこうだい ⑥かじきまぐろ

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