令和４年７月
田柄地域包括支援センターからのご案内

高齢者の相談窓口

連絡先：練馬区田柄４－１２－１０
☎０３－３８２５－２５９０

新型コロナウイルス感染拡大状況により
掲載されているイベントは
中止となる可能性があります。
予定変更の際はホームページにて
ご案内致します。ご了承ください。

☆体操教室☆
日時：７月１３日（水）１４：２０～１５：２０
場所：田柄特別養護老人ホーム

☆ひかりサロン☆
日時：７月１５日（金）１０：３０～１１：３０
場所：むつみ台団地集会所（光が丘１－１）

☆体操教室☆
日時：７月２７日（水）１４：２０～１５：２０
場所：田柄地域集会所　集会室２

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
定員制とさせて頂いております。
ご利用につきましてはご登録頂いた名簿から順番にお誘いさせて頂いております。ご了承ください。
新規登録・お問い合わせは
こちらまでお願いします。
3825-2590
担当：くぎやま・はらだ

オレンジカフェたがら

日程：７月２３日（土）
場所：田柄特別養護老人ホーム　第一会議室
第一部　１４時～１５時　認知症について知ろう
どなたでもご参加できます。皆様お待ちしています。
第二部　１５時～１６時　音楽を楽しもう♪
物忘れが気になる方、ご家族も一緒に集まりましょう。
ご参加希望の方は下記へご連絡ください
３８２５－２５９０　担当：おくむら

食中毒にご注意を！

梅雨～夏は高温多湿な状態が続き、細菌による食中毒が増える季節です。細菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」を合言葉に予防しましょう！

つけない→しっかり手洗い。ふきん、タオルは頻繁に交換し、清潔な食器を使う。

増やさない→買った物は氷や保冷剤と一緒に持ち帰り、帰宅後すぐに冷蔵庫へ入れる。料理は室温で放置しない。

やっつける→肉や魚は中まで十分に火を通す。調理済みの食品もしっかり温め直す。

おしゃべりお茶会
（家族会も同時開催）

認知症の診断がついた方、最近物忘れが気になる方、日頃の悩みや困りごと・やりたいこと・楽しかったこと・何でも気軽に話してみませんか？
ご家族もご参加下さい。
ボランティアさんも募集しています。
日程：７月１４日（木）
時間：１３：３０～１４：３０
場所：田柄地域集会所　集会室２（無料）

陽炎（かげろう）の会

最近物忘れが気になる方、集まってお話しませんか？
日程：７月２６日（火）
時間：１０：００～１１：００
場所：光が丘１丁目 UR むつみ台団地
１号棟１階　集会所　（無料）

お問い合わせはこちら
３８２５－２５９０
認知症地域支援推進員
よこつか