

令和4年9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



## ☆体操教室☆

日時：9月14日（水）14：20～15：20

場所：田柄特別養護老人ホーム

## ☆体操教室☆

日時：9月28日（水）14：20～15：20

場所：田柄地域集会所 集会室2

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



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？

## おしゃべりお茶会（家族会も同時開催）

日程：9月 8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

日程：9月 27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  
認知症地域支援推進員  
横塚（よこつか）

3825-2590



## 9月は防災月間です

秋は台風シーズンです！地震や台風などの災害に備えご家族で確認しましょう。

- ① 自宅の防災グッズ・食品の確認（実際使用してみるのもよいですね）
- ② 自宅周囲にブロック塀や溝など危険な場所はありませんか？確認しましょう。
- ③ 家の中に落ちて割れるもの、倒れて危険な物はありませんか？確認しましょう。
- ④ 避難が必要な時に備えドア付近に物を置かないようにしましょう。
- ⑤ いざという時の避難場所、連絡方法を家族で話し合っておきましょう。



## オレンジカフェたがら

日程：9月24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。皆様お待ちしております。

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

## ボランティア募集中！

認知症の方の「やってみたい」ことに一緒に取り組んでくださる方を募集しています。

お問い合わせはこちらまで。

3825-2590 おくむら