

きかんだより



発行元：基幹地域包括支援センター 梅島・島根地域課 担当：田栗
〒121-0816 足立区梅島2-1-20 NTT梅島ビル
電話：03-5681-3373 FAX：03-5681-3374

暑さに負けない体力づくり！色々な講座をご紹介します。

みんなで元気アップ教室



教室終了後は、
ウォーキングの
「自主グループ」
として活動を継続
できるよう
サポートします。

日時：令和4年9月26日～12月5日 毎週月曜日 全10回
(10月10日を除く) 10時～11時30分

会場：こども支援センターげんき
梅島3-28-8

内容：ウォーキング時のポイントや効果的な歩き方を学びます。
簡単な体操や健康増進に役立つミニセミナーの開催等

<申し込み>

基幹地域包括支援センター
長手・三好 5681-3373

- ※ 定員(15名)のため申し込みをしても参加できない可能性があります。
- ※ 新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、延期・内容変更となる場合があります。予めご了承ください。

終活を学ぼう

先々が心配…

日時：令和4年8月3日（水）
10時～11時30分

場所：梅田地域学習センター（Lソフィア）
3階 第1学習室

定員：先着25名（事前申し込み制）

講師：株式会社孝行舎 こうこう倶楽部
事務局長 狩野 陽 氏
司法書士法人 WISE PARTNER
司法書士 笠田 佑介 氏

エンディング
ノートって
どう書くの？

<申し込み>

6月20日(月)～受付開始
基幹地域包括支援センター
田栗・大野
5681-3373

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、延期・内容変更となる場合があります。予めご了承ください。

事前申し込み
必須！

もの忘れ相談

「最近もの忘れが気になる」「病院に行くか迷ってる」等々…
ご自分のことやご家族のこと、先生に相談してみませんか？

	日時	担当医師
1	8月10日(水)14時～16時	山一ビル内科クリニック 有野 亨 医師
2	「2」は定員に達したため、受付終了しました。	

- 会場：①②共に、基幹地域包括支援センター
- 一人あたり30分の個別相談会です。

<申し込み> 絶賛受付中！

基幹地域包括支援センター 田栗・長田 5681-3373

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、延期・内容変更となる場合があります。予めご了承ください。