

地域包括支援センター 新井宿（大森医師会）新聞

大田区地域包括支援センター新井宿（大森医師会）

住所：大田区中央1-21-6

新井宿特別出張所2階

電話：03-3772-2415

令和7年度 第4号 令和8年1月発行

65歳以上の高齢者やその家族から、介護や福祉の相談を受ける窓口です。大田区から委託されています。お気軽にご連絡ください。



「認知症予防力フェスティバル」を開催しました♪



12/24「クリスマス会」を新井宿特別出張所3階会議室で開催しました♪ ビンゴやゲームを楽しんだり、皆さんでお茶やお話をしてもう交流しました♪



「見守りキーホルダー登録会」開催♪



10/16に「見守りキーホルダー登録会」を大森赤十字病院で開催しました！

病院という環境から反響が大きく、大変多くの方にご登録いただきました♪



玉任看護師の
耳寄り情報です



今日からできる3つの転倒予防対策

対策①つまづくものを減らす（ものを床に置かない、玄関マット等を固定または外す、夜間は足元灯をつけるなど）

対策②立ち上がる力を保つ（椅子から立つ・座るをゆっくり5回、手すりや机につかまってOK、毎日継続が大事です）

対策③無理をしない・急がない（トイレは早めに行く、荷物は一度に持たない、ふらついたら立ち止まるなど）



*bonjour au revoir
comment ça va à bientôt*

初心者からの フランス語教室

大田区在住概ね65才以上対象
日本人講師が楽しくレッスンいたします♪

時間：毎週水曜日 14時～15時半
料金：300円（テキスト込み）
場所：中央3丁目付近個人宅
問い合わせ先：地域包括支援センター新井宿
☎ 03-3772-2415

趣味、生きがい、仲間づくりにお気軽に
お声かけ下さい♪

初心者からのフランス語教室

毎週水曜14時から講師宅で、講師の先生と初心者から楽しくレッスンを行っています♪
参加メンバー絶賛募集中です♪

お問い合わせ：地域包括支援センター新井宿

☎ 03-3772-2415

