



# こまえ正吉苑地域包括支援センターだより

令和5年

11月

## ☆家族介護者の会 出前講座☆

「落語」～みんなで笑って楽しいひととき～

毎月第4水曜日、こまえ正吉苑では「家族介護者の会」を開催しています。そこではご家族を介護されている方、介護していた方はもちろん、将来的に介護するかもしれない方、介護に興味がある方などが集まって、様々な思いをお話しています。

今回はその「家族介護者の会」の中で、皆さまにほんの少しでも楽しく笑って過ごす、癒しの時間を持っていただけるといいなと、「落語」の出前講座を開催します。落語家ここあさんをお招きして開催しますので、皆さまぜひご参加ください♪（要予約）

～記～

【日時】：11月22日（水） 13:30～14:30

【講師】：落語家 ここあさん

【場所】：こまえ正吉苑 第1会議室

【予約/問合せ】：地域包括支援センター こまえ正吉苑

【予約受付】：11月1日（水）8:30より

TEL 03-5438-2522

担当：大井・小島・園田

## パン作り大会 Season3 開催🍞

今年3月～5月のSeason1、8月のSeason2 とご好評をいただきました「ともだちのわパン作り大会」。11月15日（水）、11月21日（火）にSeason3を開催することとなりました！今度は甘い「チョコパン」「りんごパン」を作ります。今回は抽選制での募集とします。皆さまふるってご応募ください。

【要予約(抽選制)】：地域包括支援センターこまえ正吉苑

【応募期間】：11月1日8:30～11月7日17:30

TEL 03-5438-2522 （担当：大井・今川・浅野・園田）

## 🍷サービス付き高齢者向け住宅より🍷

こまえ正吉苑サービス付き高齢者向け住宅は水と緑の街、狛江市の西野川地区にあります。周辺には散策にぴったりの野川や公園、近隣にはドラッグストアや郵便局などお買物に便利なお店が充実した、暮らしやすいロケーションです🏠

随時、住戸見学・相談も承っておりますので、お問合わせの上皆さまのご来館を心よりお待ちしております😊

【問合せ】☎03-5761-8470 担当：先崎（せんざき）



# 11月 こまえ正吉苑イベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		野川緑道をゆっくり歩きます。 【雨天中止】(予約不要)	1 健康運動指導士、原真奈美先生の健口体操です。(予約制)	3	4	
5	6 野川緑道を歩く会 10:00~ 野川地域センター集合 雨天中止	7	8 無料体操教室 13:30~14:30 谷戸橋地区センタ	9 さくらカフェ 13:30~15:30 こまえ正吉苑二番館	10 さくらカフェ 毎月第2木曜日開催 (予約不要)	11
12	13 野川地域センター調理実習室で<パン作り大会シーズン3>を開催します。 (要予約・抽選制)(応募期間:11/1~11/7)⇒詳細裏面へ	15 パン作り大会 シーズン3 ① 13:00~ 野川地域センター調理実習室	16 認知症予防のための頭を使いながらの体操。小竹先生の武道の型を取り入れた元気になる体操です。 (予約制)	17 無料体操教室 13:30~14:30 野川地域センター	18	
19	20	21 パン作り大会 シーズン3 ② 13:00~ 野川地域センター調理実習室	22 家族介護者の会 出前講座「落語」 13:30~14:30 こまえ正吉苑第1会議室	24 無料体操教室 13:30~14:30 上和泉地域センター	25	
26	27	28 日頃介護をされている方が気軽に介護について困ったことなどをお話する会です。 今回は落語家ここあさんをお招きしての「落語」の出前講座も開催します。(予約制)⇒詳細裏面へ			狛江市リハビリ連絡協議会・理学療法士の体操教室です。『こまえ体操をやってみよう!』(予約制) ⇒<ZOOMでも配信します。>	

- 無料体操教室は、毎月各所1回ずつ開催している介護予防の体操教室です。予約制となっています。お1人様1か所の申し込みです。11月1日(水)8:30より申し込み開始。新規の方を優先させていただきます。
- 諸事情により、イベントの内容が変更、中止になる可能性があります。体調不良・発熱がある方は参加をお断わりする場合があります。

イベントに関する予約・お問い合わせは・・・03-5438-2522 地域包括支援センターこまえ正吉苑まで