



柿生アルナ園地域包括支援センター



地域包括支援センターは、川崎市が主体の公的な相談機関です。
高齢者の皆さまが住みなれた地域で元気に暮らし続けられるため
に設置されています。相談は無料です。お気軽にご相談ください。

白山遊々会でコグニサイズ教室を開催しました！



6月22日、白山いこいの家で実施している白山遊々会でコグニサイズ教室を開催しました！

感染症対策を講じながらの開催だったので、皆さまマスクを着用の下ご参加いただきました。
ご協力いただき、ありがとうございました！



脳トレにチャレンジ！

『がばいばあちゃんの名言「脳トレ」ドリル』より

右の絵の中から仲間外れを見つけましょう♪

みそ・醤油・みりん
豆腐・きな粉

答えはこのおたよりのどこかに隠れています！



柿生アルナ園 地域包括支援センター

電話：044-989-5403 FAX：044-988-9774
〒215-0021 川崎市麻生区上麻生5-19-10
Email：arunaen-ho-katsu@sun.ocn.ne.jp

～担当地域～

上麻生5～7丁目、上麻生、白山、
下麻生1丁目、王禅寺西5～8丁目

柿生アル十園地域包括支援センターだより

笑顔であいさつ、みんなが顔見知り、助け合いの街！！



介護予防教室

美山台公園体操

- ラジオ体操, ストレッチ, 介護予防体操
- 日時: 毎週水曜日
13:30~14:00
- 場所: 美山台公園
- 参加費: 無料(雨天・祝日は休み)

7・8月はお休みです

地域包括支援センター主催の介護予防教室です。他にもいろいろな地域活動があります。

オレンジほっとカフェ (認知症カフェ)

- 認知症予防体操, 情報交換, ミニ講義
- 日時: 毎月第4木曜日(祝日は休み)
13:30~15:30
- 場所: 麻生台団地集会所

社会情勢を踏まえながら開催検討していきます

毎月第1月曜日

柿生コロバネーゼ

- 転倒予防体操 & 茶話会

毎月第2月曜日

歌声喫茶“柿っこ” & コグニサイズ

毎月第3月曜日

ステップワン柿生

- 運動推進員による体操指導

毎月第4月曜日

太極拳(分庁舎)

- 高野先生による指導

白山コロバネーゼ

- 転倒予防体操

太極拳(白山)

- 高野先生による指導

社会情勢を踏まえながら開催検討していきます

※感染症予防対策のため、上記の通り介護予防教室の実施を制限させていただくことになりました。

今後も社会情勢を鑑みながら開催について検討していきます。

体操教室再開までは、介護予防体操を自主的に行って頂けるよう体操のチラシやお手紙をお送りしています。前回は上麻生保育園の園児さんからかわいいプレゼントが届きましたので、同封させて頂きました♪



おたがはアル十園だより