

ぴっかり通信 令和7年1月号



社会福祉法人練馬区社会福祉事業団
練馬区立光が丘デイサービスセンター
☎ 03-5997-7706

ホームページの
QRコードです
ぜひご覧ください



12月の活動報告

おうちでどきまのーフレッシュ体操！
どなたでもご参加いただけます！



アメリカコンサートは
ひと足早い
メリークリスマス
でした！



サウンドビール
ゴスペルコンサート
大迫力のハーモニー！



大人のシャングリン会
歌と手拍子で
楽しみました！



イベントのお知らせ

初詣 ～北野八幡神社～

1日目 令和7年1月11日(土)

2日目 令和7年1月13日(月)

南米アンデスの音楽会

令和7年1月18日(土)

振替・臨時のご利用、受け付けております！



靴を選ぶときのポイント

大きな靴やスリッパを履くと、靴の中で足が滑り転倒につながる場合があります。加齢とともに靴を履く動作は負担に感じますよね。靴選びの際はかかとの足首がホールドされ、歩行中に脱げにくいものをお勧めします。



入浴日の振替を承ります

毎週土曜日と1月13日(月)は入浴がございません。別日で空きがありましたら振替も可能ですので、お気軽にご相談ください。



お問い合わせ ☎179-0072

東京都練馬区光が丘 2-9-6 光が丘区民センター3階

TEL: 03-5997-7706 FAX: 03-5997-2130

メール: hikariday-sw@nerima-swf.jp

ホームページ: <http://www.nerima-swf.jp/office/33?c=13>

担当: 生活相談員 神山 哲也(こうやま てつや)