

「くらしの保健室」OPEN!

～誰にとっても居場所となり、何でも相談できる場所～

日時: 10月2日(月)
時間: 13:30～15:00
場所: 地域包括支援センター伊興



毎月1日開催
(日・祝日の場合は振替)
時間内は出入り自由
予約不要、相談無料です

出張相談

日時: 10月13日(金)
時間: 10:00～11:30
場所: 足立成和信用金庫
古千谷支店 2階



地域の活動グループ

サザンカの会 (ウォーキング)
第2・第4金曜日 13:00～14:30
集合場所: 伊興地域学習センター入口

スケルト★伊光 (ポールウォーキング)
第2・第4火曜日 9:30～
集合場所: 東伊興1-1-26

※ お問い合わせは地域包括支援センター伊興へ

絆のあんしん協力機関

「無添加ぱん工房shukran ～しゅくらん～」



今年11月で開店10年! 国産、無添加食材にこだわった手作りパンは、遠方から車で買いに来る人もいて大人気です♪



栗原4-22-3
月・火定休
9:00～17:30

綿花、第一号咲きました!

5月に種まきをしてから4か月。白い花も咲き、ついに綿花第一号も! 純白に輝いています♪



「まごころ弁当 足立にじいろ店」



和・洋・中とバラエティに富んだ栄養バランスのよいお弁当を日替わりでお届けします
一食からOK、試食無料!

古千谷本町3-8-22
03-3856-3949
日曜・三が日休み



伊興るんるん教室

教室	日時	内容
スマホ教室 	11月 10日(金) 13:30~15:30	スマホ入門編 (android)
	R6年 1月 12日(金) 13:30~15:30	LINEスペシャルと グループLINE
	R6年 2月 9日(金) 13:30~15:30	基本操作と キャッシュレス決済
もの忘れ相談 	10月 18日(水) 13:00~	もの忘れ相談医が対応 家族のみの相談も可能
介護は突然やってくる？ ~元気なうちに備えて おきたい心構え~	10月 25日(水) 10:00~11:30	知ることによって不安を減らそう！ ※ 冷凍お惣菜のおみやげ付き
仕事と介護の両立	11月 15日(水) 10:00~11:30	仕事をしながら無理なく 介護を続ける方法とは？ ※ 冷凍お惣菜のおみやげ付き
住まい・施設関係	12月 20日(水) 10:00~11:30	介護施設の特徴について ※ 冷凍お惣菜のおみやげ付き

↓お申込み、会場はこちら

地域包括支援センター伊興

足立区伊興 3-7-4

TEL 03-5837-1280

(受付時間 9:00 ~ 17:00 祝・日除く)

