

# 地域交流サロン・会食サービス

## 2019年4月・5月・6月の主な活動

### ＜地域交流サロン＞

毎週火曜日 11:00～15:00

- どなたでもお気軽に参加いただけます。  
お茶・コーヒー・紅茶を用意しています。  
皆さんで会話を楽しみながら自由にお過ごしください。
- 介護予防体操他色々な活動をしています。  
（事前申込が必要な活動もあります。）
- 囲碁・将棋・ミニ卓球もご用意しています。

### ＜会食サービス＞

毎週火曜日 12:00～13:00

- 栄養バランスのとれた昼食を提供します。お話ししながら、楽しいランチタイムをお過ごしください。
- ※毎年4月～9月、10月～翌年3月まで、  
半年間ずつの事前申込制です（有料）。
- ※（問い合わせ）特別養護老人ホーム中目黒  
又は区役所・高齢福祉課生きがい支援係  
（☎5722 - 9837）まで。

ご不明な点がございましたら、特別養護老人ホーム中目黒までお問い合わせください。



### ♪地域交流サロン♪

### 2019年4月～6月の主な活動

	活動	内容	事前申込
4/23	絵手紙同好会	楽しい絵手紙 愛好家の集まりです。和やかな雰囲気です。☆材料はこちらで用意します☆	★必要★ 当日までに電話で申込み
5/21	フラダンス	手の動きに意味を持つフラダンス。地域グループと簡単な振り付けを踊ります。	不要
5/28	プリザーブドフラワーアレンジメント	プリザーブドフラワーを使って、爽やかな初夏のアレンジメントを作ります。	★必要★ 区報 5/15 号掲載
6/25	＜勉強会＞ 骨と筋肉を強くする栄養と運動	骨と筋肉を強くするには・・・必要な知識を管理栄養士と理学療法士が教えます。	不要

