

平成20年  
11月号

# 西綾瀬だより

西綾瀬在宅  
サービスセンター

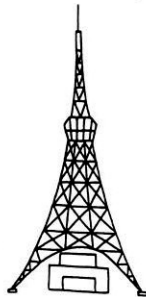
菊香る秋、文化の秋

澄んだ青空の下、一歩外に出ると、そこには落葉がくると舞い落ちています。暖かい服装で出かけてみませんか？センターの前の公園も秋色に衣替え中です。春には、きれいな花をつけていた桜の木も葉を赤く染めて秋バードジョンに変身しています。

バスハイク  
始まりました！

十月より、バスハイクが始まりました。今年はお東内観光ということで、「東京タワー」に行きます。ご希望されている方でまだ行っていない方は、十一月に順次実施して参ります。

ますので、楽しみにお待ちしております。 「イチゴ狩り」をご希望されている方は、来年の1月以降実施予定です。お楽しみに！  
詳しいことは、実施日が近づきましたら、個々にお知らせをいたします。



## 《介護教室・介護予防教室のお知らせ》

### 介護予防教室

#### ①「メンタルケアメーク講座」

～お化粧で心のリフレッシュ～

日時： 11月8日(土)

午後1時30分～3時

場所： 西綾瀬在宅サービスセンター

第1テイルーム

講師： NPO メンタルケアメーク21

代表 田島 みゆき氏 みゆき

参加費：無料



#### ②「口腔ケア」

～長寿は口から～ パート3

日時： 11月17日(月)

午後1時30分～3時

場所： 西綾瀬在宅サービスセンター会議室

講師： 歯科衛生士 木村 重子氏

参加費：無料



※歯ブラシをご持参下さい。  
また、前回参加された方は、  
配布した資料をお持ち下さい。

#### ◎お問い合わせは…

地域包括支援センター西綾瀬

(足立区西綾瀬3-2-1)

TEL 5681-7650



東京タワーで記念撮影♪足元注意？

## 今月のナイスショット！

### 共同募金実施中！

十月より赤い羽根共同募金が始まりました。センターのカウンターにも募金箱が設置されておりますので、ご協力お願いいたします。みなさまの温かいお気持ちをお待ちしております。

## 今月のお誕生者

山田	斎藤	千葉	伊藤	坂上	井関	鈴木	石井	永田	大杉	鈴木
様	様	様	様	様	様	様	様	様	様	様
六十八歳	七十一歳	七十二歳	七十五歳	七十八歳	八十一歳	八十五歳	八十七歳	八十七歳	八十八歳	八十九歳

おめでとうございます！

