



社会福祉法人 響会

# シニアステーション 東嶺町



## 開館時間

月～土 9:00～17:00

(日、祝、年末年始は休館)

〒145-0074 大田区東嶺町20-4(2階は児童館)

電話 (3753)3008

FAX (6410)2130

●東急池上線 御嶽山駅 / 久が原駅より徒歩 8 分

ホームページ

<http://www.hibikikai-tokyo.or.jp>

# シニアステーションは、地域包括支援センターと連携し、高齢者の元気維持、介護予防から、最適な介護サービスへの切れ目ない支援を提供いたします。

### ●介護予防教室の実施

体操など各種エクササイズをはじめとした様々なプログラムを提供し、楽しく介護予防に取り組めます。

### ●元気・健康維持

ヨガをはじめ、合唱や脳トレーニング、囲碁・将棋など、元気・健康につながる活動を実施しています。

### ●各種講座、学習機会

さまざまな機関のスペシャリストを招き、地域講座を開催しています。

### ●ミストサウナ付きシャワーのご利用

低温で身体への負担の少ないシャワールームです。

### ●介護・生活相談

地域包括支援センターと連携し、介護や日々の生活について、ご相談をお受けいたします。

調布地域庁舎管内にはシニアステーションが3ヶ所あります。エリアフリーとなっています。ご自由にご利用下さい。

