

平成30年5月1日 発行(年2回)

【発行元】

フラワー地域包括支援センター  
(高齢者の公的相談窓口)

三田市富士が丘5-17-3

特別養護老人ホーム ゼフィール三田内

Tel : 553-3600 Fax : 553-3601

<http://keijyukinenkai.or.jp/>

# ふらあー通信

## 第7号

ブック

タウン

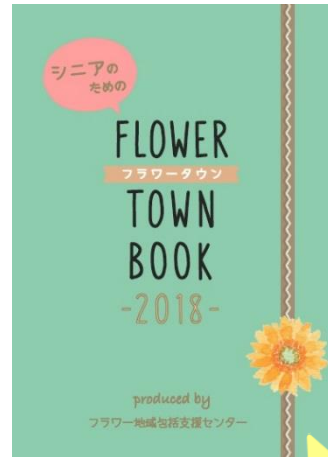
フラワー

シニアの  
ための

# FLOWER TOWN BOOK

## できました!

シニアのための情報をぎゅっと詰め込んだミニ冊子「シニアのためのFLOWER TOWN BOOK」が完成しました! フラワータウン歴 30 年超のあなたも、最近転居して初心者の方あなたも、この一冊があればフラワータウンでの毎日がちょっと楽しく、そして心強くなるはず・・・。



### 掲載内容 (一部)

- いきいき百歳体操
- シニア向け体操教室
- ウォーキング&公園MAP
- コミュニティカフェ
- まごの手活動(生活サポート)
- 地域のサロン
- 耳より情報 他

神戸新聞  
&  
朝日新聞に  
掲載されました!

### 配布場所

- フラワー地域包括支援センター(ゼフィール三田内)
- フラワータウン市民センター
- フラワー地域福祉支援室(市民センター内)
- コミュニティセンター(武庫・狭間・弥生・富士)
- 多世代交流館ふらっと(シニア・ユースひろば)
- いきがい応援プラザHOT(キッピーモール内)
- コープ三田西
- さんだりハビリテーション病院

右記の配布場所に行くことが難しい方は、ご自宅までお届けもできますよ★  
(フラワータウン内のみ)

# Welcome! はな はな 花❀花カフェ

第4日曜 (10月は別週)

13:30~15:30 ※ 出入りの時間は自由

場所: ゼフィール三田

費用: 100円 (飲み物・お菓子つき)

申込み: 不要。三田市全域から参加OK!

認知症に関わりのある方なら、誰でもお客さま。「認知症」をキーワードに、情報交換・ミニ講話・専門職への相談・お楽しみイベントを開催しています。



75歳  
以上の方へ

## お誕生日メールのお返事待ってます!

お誕生日メールも今年で3年目を迎えました。要援護高齢者調査の結果をもとに、対象者の方にはフラワー地域包括支援センターからお便りをお送りしています。

お手元に届く時期は、お誕生月が目安です。アンケート (はがき・FAX) を同封していますので、ぜひご返送ください。返送いただいた方には、今月号で紹介した「シニアのための FLOWER TOWN BOOK」をきれなくプレゼント!



お花柄の封筒が届きます

## 出張相談 & 体内年齢測定

水曜 (第2週は除く) 10:00~12:00

場所: フラワータウン市民センター

受付: 1階のフラワーふれあいオープンカフェ

相談: 別室での対応もOK

内臓脂肪・筋肉量・推定骨量などがわかる!

ようび

月 10:00~12:00 in ゼフィール三田 (無料)

水 13:00~14:00 in 武庫が丘コミセン (月300円)

木 10:00~12:00 ① in 富士が丘コミセン (月100円)

② in 狭間が丘コミセン (無料)

金 10:00~12:00 in 弥生が丘コミセン (月100円)

今日も  
★  
いき百