

講演会

10:30~11:30



「認知症にならないために」

講師：医療法人丸山会 丸子中央病院
認知症看護認定看護師：北澤 和幸氏

“住み慣れた地域でいつまでも元気に！”

そのためにどうしたらいいのか…のヒントが見つかる
かもしれません。ご夫婦・お友達も誘って専門家の話を
聞いてみてください♪

「ゴスペルコーラス」

ジョイフル クワイヤー

Joyful Choir 西東京

14:20~15:00

音楽が好き！歌が好き！な仲間が集まりました

音楽が好き！歌が好き！な仲間が集まったゴスペル
グループです。結成から11年、ONE MIND
ONE HEART お客様と私たちの心が
一つになれる音楽を目指して、練習に
励んでいます。知っている曲があったら、
皆さんもぜひ一緒に歌いませんか？
そして一緒に楽しみましょう♪



シナプロロジー

11:40~12:20

「森永とし枝氏による

脳活性化メソッド」

シナプロロジーインストラクター 森永 とし枝氏
介護予防指導員

いつもと違う動きで、できないかも・・・

脳に刺激を与えることにより「認知機能低下予防」

簡単なようで難しい。難しいけど出来る時もある・・・
そんな脳活性化メソッドにチャレンジしてみませんか？
できなくてもついつい笑ってしまえる・・・
シナプロロジーは子供から大人まで楽しめる
プログラムです。そんな楽しいプログラムに、
家族やお友達を誘ってぜひ参加してください！



入所の皆さま、出番ですよ。
お待ちしております！

13:50~14:20



みんなで笑って楽しみながら、元気がでる
プログラムを“森永とし枝氏”と一緒に
やってみませんか？ご家族様も介護職員
もみんな一緒に笑っちゃいましょう♪

測定会 あなたは何歳?! 血管年齢&動体視力

血管年齢は、健康を保つためのバロメーターになります。自分の血管年齢を
知っていますか？今、高齢ドライバーの車両事故が増えています。運転に
自信がない方をはじめとする現在のご自分の動体視力を確かめるチャンスです。
ぜひこの機会をご利用ください。これからは健康に気をつけて、元気ハツラツ
楽しい生活を enjoy しましょう♪



野菜販売

『午前中販売予定』

東久留米産の
おいしい野菜を
販売します。
早いもの勝ちですよ！



和太鼓演奏 & ソーラン節



①10:00~10:20

②13:30~13:50

職員有志による迫力満点の和太鼓演奏。
躍動感あふれるソーラン節。
練習の成果をぜひ
ご覧下さい！
きっと感動すること
間違いありません。



作品展

2020 年は

「OLYMPIC YEAR」

利用者様との力作を飾ります。
ぜひご覧ください。



消防体験



午後予定
施設駐車場

当施設お隣の
「東京消防庁 東久留米消防署」の隊員による
消防体験を実施します。普段できないことが
体験できるチャンスです！！

- ・ハシゴ車体験
- ・煙体験
- ・消火器体験
- ・防火服着用体験 etc.



※状況によっては当日変更が
あります。予めご了承ください。

出店

10:30~13:00



*やきそば *からあげ
*ちまき *ポテト
*たいやき *飲み物



ひとつ¥100円!
出血大サービス!!

※数に限りがあります。
売り切れたらごめんなさい

ケア東久留米までのアクセス



●電車 西武池袋線「東久留米駅」より車で約5分/徒歩約20分

●バス 「東久留米駅」西口より「[武21系統]武蔵小金井駅 西国地経由」
行きにて「幸町三丁目」下車 徒歩約1分
「[久留52系統]久留米西国地」行きにて
「東久留米第三小学校」下車徒歩約5分

お問い合わせは・・・

医療法人丸山会

介護老人保健施設 ケア東久留米

東京都東久留米市幸町三丁目 11 番 10 号

TEL 042-479-2600 FAX 042-479-2601

<https://care-higashikurume.maruyamakai.jp>



お車でのご来場は
ご遠慮ください



医療法人丸山会は
今年60周年を
迎えます

