



# ぬくっこやま



## 移転のお知らせ！

中村橋地域包括支援センターは、  
区民センターのオープンに伴い

**中村橋区民センター2階**に移転しました。

中村橋区民センターのリニューアルオープン

中村橋地域包括支援センター  
移転後マップ



＊お休みしていた「ケアカフェつつじ」も再開しております。裏面もご覧ください。

＊移転前と電話番号は変更ございません。  
お気軽に問い合わせください。

中村橋地域包括支援センター

練馬区貫井1-9-1区民センター2F ☎ 03-3577-8815  
開設時間 8:30~17:15 (日曜・祝日お休み)

# 地域のご高齢者の身近な窓口です！

介護保険にはどんな  
サービスがあるの？  
申請が必要？

「介護予防」って何を  
したらしい？活動で  
きるところを探したい

「もの忘れ検診」など  
練馬区の事業を利用  
したい



様々なご相談に乗っています  
まずはどうぞお気軽にご相談ください！



## 街かどケアカフェってどんな場所？

誰もが気軽に立ち寄れ、交流できる憩いの場  
「体操教室」「e-ボーリング」など講座や事業も開催  
お気軽に立ち寄りください！

つつじカフェ開所時間  
(10:00~16:00)

囲碁将棋・カラオケルームも新設！

※お部屋の開放時間はカフェと異なります。  
詳しくは「つつじだより」をご覧ください。



ホームページでも活動様子をお届けしています！  
ぜひ、ご覧になってみてください

<https://www.foryou.or.jp/corp4/nakamurabashihoukatsu/>

中村橋地域包括支援センター

練馬区貫井1-9-1 2階 ☎ 03-3577-8815  
開設時間 8:30~17:15 (日曜・祝日お休み)