

# ～心と体の元気づくり～

## 根洗荘で仲間と一緒に 笑って若返り!

### 根洗荘へあそびに来ませんか!

- \* 日常生活を営むのに支障のない方
- \* 誰とでも仲良く出来る方
- \* 元気になりたい方



笑顔でいきいきと  
年を重ねるためには  
元気なうちから  
心と体の元気作りが  
必要です

根洗荘は地域の高齢者が  
いつまでも元気に楽しく、  
生きがいを持って  
暮らして行けるように  
お手伝いを致します。

- ・ 送迎します（北区近辺）相談応
- ・ 介護保険サービスではありません



根洗荘で一緒に楽  
しみませんか?



 お気軽に体験や見学にいらして下さい

毎日が **笑顔** でいっぱい

- ◎ 笑うことは脳の活性化にとっても重要です。
- ◎ 仲間がいる安心、自分の居場所がある安心。
- ◎ 自然に井戸端会議がはじまります。



# 根洗荘って何をするの？ いつもの過ごし方

- 自宅までお迎えに伺います
- 10:00 朝礼  
 昼食までは自由時間  
 ・オセロや将棋  
 ・カラオケ  
 ・運動、リハビリ  
 ・おしゃべり  
 ・園芸 など
- 12:00 給食  
 十字の園の厨房で作られた高齢者向けの食事です。大好評です。
- 13:00 午後はみんなで楽しめるレクリエーションを行ないます。
- 14:30 おやつ
- 15:00~ 自宅までお送りします

## レクリエーション

- ・オセロや将棋
- ・カラオケ
- ・リハビリ (人気第3位)
- ・園芸
- ・ゲーム
- ・手芸
- ・ドライブ
- ・外食 (人気第1位)  
お花見や紅葉狩りも!
- ・給食 (人気第2位)  
お買物ツアーなど



## 根洗い荘へのご案内



週1回	6,400 円
週2回	12,800 円
週3回	19,200 円
週4回	25,600 円
週5回	32,000 円

※遠方の場合料金が異なります。

利用案内 食事: 1食 500 円 利用料は原則として月謝です。月~金曜日、利用する曜日(回数)を決めて利用をお願いしています。車でお迎えに伺います

〒433-8108

浜松市北区根洗町 486-3

080-4172-3568