



2023年10月から
月6回の開催！！

ランチに来ませんか！

地域の皆さんと一緒にお昼
ご飯を作り、一緒にお昼ご
飯を楽しく食べる場を用意
しています。皆さんで楽し
い時間を過ごしませんか？



毎月0と5のつく日に開催

(5・10・15・20・25・30日)

場所:あすならホーム畝傍サロン

(橿原市大久保町287-1)

お問い合わせ

0744-24-1165

担当：吉田・竹村

10時30分

体操



11時30分

お知らせ、昼食準備



12時

昼食



13時00分

片づけ

ランチについてのQ & A

○ランチって何ですか？

毎月0と5のつく日(5・10・15・20・25・30日)を「**ランチの日**」と決め、外出の機会が減り、運動不足や低栄養の食事になりがちな方の生活リズムをつけるために開催しています。

外出や会話の機会を生活サイクルにすることを目的にしています。

「今日、行くところがある」「今日、用事がある」という意識を持って日常生活をより豊かなものにしてほしいと考えています。

○誰でも参加できますか？

おおむね75歳以上の方(介護保険制度に適応されていない方)。
自力で会場まで通える方。

まだまだ元気！という方にはランチのお手伝い(ボランティア)をお願いしたいと思います。みんなで楽しい時間を過ごしましょう♪



○参加費は？

参加費は無料です。社会福祉法人の地域貢献活動として実施・企画をしています。

○送迎はありますか？

基本はご自身であすならホーム畝傍まで来られる方です。

○参加したい場合はどのようにすればいいですか？

予約が必要です。まずはお電話にてご相談下さい。ご説明させていただきます。

社会福祉法人 協同福祉会
あすならホーム畝傍
(梶原市大久保町287-1)

0744-24-1165