

松ノ木ふれあいの家はアットホームな雰囲気のデイサービスセンターです。

まいにち元気に

のびのび自分らしく



ふれあい

2022.1月

つながり支え合う

きょうも笑顔で 通信



1日2回！松ノ木ふれあい健康体操



元気に体を動かそう！

松ノ木ふれあいで
どぞ頑張るぞ



階段昇降
いい運動！

ゆっくり
ゆっくり



みんなと一緒に
なら頑張れる
わね〜

2階建てを活かして希望の方には階段昇降の運動も。
自宅や日常生活の場面を考えて運動をしています。

個人の希望に沿う、やりたい運動メニューの相談にも
応じます。まずは遠慮なくお問合せください！



全長12メートルの
廊下で歩行練習

社会福祉法人サンフレンズ 松ノ木ふれあいの家
問い合わせ先：生活相談員（中島・鈴木）
〒166-0014 杉並区松ノ木2-14-3
電話03-3318-2660 FAX03-3318-2661

松ノ木ふれあいの家



送迎エリア：松ノ木 成田東 梅里 大宮 堀ノ内全域
成田西、和田、他地域はご相談ください。

