

階段揭示

地域の皆様からの要望がついに実現!!

『みんなの広場』

だれでも「無料」で利用できる居場所です

◀11月▶ (毎週月曜日)

開催日: 7日、14日、21日、28日

時間: 10時~17時

会場: 汐見台福祉センターA・B・C会議室、和室



介護予防教室 「フレイル予防」



フレイル(虚弱)とは…
健康と要介護状態の「中間の状態」のこと。
早くからの予防で「状態の維持・改善」が
期待できます。

定員: 65歳以上の方

日時: ①14日、②28日

13:30~15:00

★下記問合せ先にお電話にて
お申込みください。

- ・人と話す事や会う機会が減った方
 - ・運動不足や体力低下が心配な方
- 是非ご参加ください!

カラオケで歌ってみませんか?

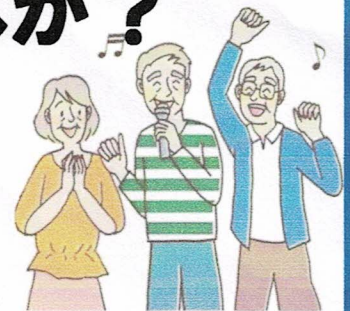
◀12月分 受付中▶

会場: 汐見台福祉センター和室(いこいの広場)

☆利用は1回(1コマ2時間)、1~4名まで

☆申し込みは代表1名でお願いします

☆『みんなの広場』開催時にご来館のうえ、お申し込み下さい



★★★分からない事がありましたら事務局迄ご連絡下さい★★★

〈主催〉汐見台自治会連合会 コミュニケーション委員会

問合せ: 連合会事務局 TEL/FAX 045-754-5281

(火曜~土曜 10時~13時)