



集まれ！福祉ひろばへ♪

ふれあい 健康教室

日 時 4月11日(金)
午前10時20分～11時20分まで

場 所 福祉ひろば

内 容 エルダーシステムを使った健康体操
(第一興商)



エルダーシステム(脳トレ・運動・口腔機能向上等サポート機器)で、冬の間の運動不足を解消しましょう。
自車でお越しの方は、ご近所・お友達を誘っておでかけください。

出張ミニ ふれ健

黒川渡公会堂 4月28日(月) 午後1時30分～



男しよの体力講座(その1) (公民館と共催)

日 時 4月14日(月)
午後1時30分～

場 所 福祉ひろば

講 師 健康運動指導士
西山知花先生



健康とくらしの相談日

日 時 4月28日(月)
午前10時～

場 所 福祉ひろば



※保健師・包括支援センター職員が、秘密厳守で対応します。
どんなことでもご相談ください。



2/26 出張ミニふれ健(学校編 第2弾)
授業参観の様子



3/7 大人の社会見学
(養命酒駒ヶ根工場・くらすわの森見学)