

令和8年6月1日

南新東町会の皆様

南新東町会長 乾 靖  
町会福祉部 乾 正基  
岡庭香奈子

## 「出張ふれあい健康教室のお知らせ」

新緑がきれいな季節になって来ました。皆さんお身体の調子はいかがでしょう？

南新東町会福祉部では下記の日程で「出張ふれあい健康教室」を開催いたします。農作業等で忙しい時期ではありますが大勢の皆様のご参加お待ちしております。

### 記

日 時 6月24日（水）13:30～15:00 頃

場 所 本郷集落センター

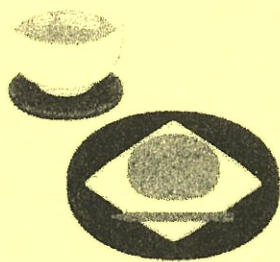
内 容 「リンパマッサージとボールストレッチ」



冬の間硬くなった体をほぐしましょう！

講 師 大澤 万里さん（松本共立病院 中信健康友の会）

持ち物 お水



★動きやすい服装でお越しください。

★健康相談・もの忘れ（介護）相談

★講座終了後に茶話会あります。

\*出席される方は回覧にご記入をお願いします。記入していなくても出席できるようになった方は、ご参加ください。お待ちしております。

# 回覧

南新東町会長 乾 靖  
町会福祉部 乾 正基  
岡庭香奈子

## 「出張ふれあい健康教室のお知らせ」

新緑がきれいな季節になって来ました。皆さんお身体の調子はいかがでしょう？

南新東町会福祉部では下記の日程で「出張ふれあい健康教室」を開催いたします。農作業等で忙しい時期ではありますが大勢の皆様のご参加お待ちしております。

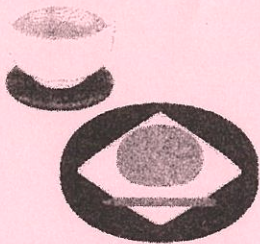
### 記

日時 6月24日（水）13:30～15:00 頃

場所 本郷集落センター

内容 「リンパマッサージとボールストレッチ」

講師 大澤 万里さん（松本協立病院 中信健康友の会）



★動きやすい服装でお越しください。

★健康相談・もの忘れ（介護）相談あります。

★講座終了後に茶話会あります。

\*参加希望者は、下表にお名前のご記入をお願いします。


※ 伍長さんは、6月17日（水）厳守で町会福祉部の乾または岡庭まで提出をお願いします。