

回覧

町内各位

令和8年6月1日
いきいきサロン代表
犬塚 義浩

いきいきサロン

深緑の候 梅雨入りも間近なのに 朝夕この寒暖の差
年々厳しくなる暑さに負けない 体調管理を心掛けて下さい。
6月の「いきいきサロン」を下記の通り行います。

記

日時：6月13日（土）午前10時30分～午後3時30分

ボールゲーム、脳トレ、百才体操、茶話会等

（涼しい中で、痛みも忘れて思い切り笑ってみませんか？）

日時：6月27日（土）午前10時30分～午後3時30分

モルック、脳トレ、百才体操、茶話会等

（モルックは、思い通りにはならないけれど脳トレですね。）

会費：300円（軽食有、お菓子、飲物あり）

場所：2丁目集会所

以上

※7月は 市職員の方に依るフレイル検診を予定していますので
どなた様も自由に 又気楽に参加して下さい。（詳細は後日）
「暑熱順化」猛暑に負けない体作り、水分摂取も忘れずに!!