

令和7年 10 月 25 日

放光寺町会長
高齢者福祉部
放光寺町会移動支援推進委員会

『出前ふれあい健康教室 & 第 45 回茶話会』

開催のお知らせ

秋が深まり木々が紅葉する時季を迎えました。ぜひ、健康に留意しながらも、外出の機会を増やしていただきたいものです。



さて今回の茶話会では、中央保健センターの松尾保健師より、健康で生きいきとした生活を送れるように「いきいき百歳体操」の手ほどきと、個別の健康相談をしていただきます。また、簡易ピアノの演奏に併せて、「かあさんの歌」と「千の風になって」を歌います。
ご高齢の方はもちろん、幼児とともに親子での参加也大歓迎です。

皆さまの参加をお待ちしています。

「お互いさまタクシー」もご用意いたします。

希望される方は、民生委員または藤田(080-6921-7844)までご連絡ください。なお、乗合は事務局で調整します。

日 付:令和 7 年 11 月 21 日 (金曜日)

時 間:10:00 ~ 12:00 [受付開始 9:30]

場 所:放光寺公民館

参加費:100 円/人(茶菓子代)

※次回は 12 月 19 日(金)に、松葉家にて開催する予定です。