

回 覧



介護予防サロン

🕒 9:30～15:30頃まで



近所のお友達と参加してみませんか？

左 草	日 程：6月5日（木） 申込締切5/29（木）
	内 容：みんなで美味しいうどんを食べましょう！
	参加費：1,700円（食事代） ＊稲庭うどんの食べ比べをしましょう。
	※公民館前以外でバスに乗る方は、申込の際にお知らせください。

バスハイク行程表

9:30 公民館出発
 10:30 横手市増田町着
 11:30 佐藤養助着
 13:00 ゆっぷる着
 14:30 ゆっぷる発
 15:30 公民館 着 解散



☆サロンの内容☆

今月はバスハイクで横手市増田町に行き、増田の街並みをみんなで見てきましょう。そして、稲庭うどんで有名な佐藤養助商店で美味しいうどんを食べましょう！美味しいうどんの後は、ゆっぷるでお風呂に入ってゆっくりしましょう。

申込問い合わせ先
 西和賀町社会福祉協議会
 TEL 84-2161 FAX 82-3572

回 覧



介護予防サロン



🕒 9:30～15:30頃まで

近所のお友達と参加してみませんか？

小 繋 沢	日 程：6月13日（金） 申込締切6/6（金）	
	内 容：十文字道・ラッキーで駅でお買い物！	
	参加費：各自食事代 好きなものを食べましょう！	*
	※公民館前以外でバスに乗る方は、申込の際にお知らせください。	

バスハイク行程表

10:00 公民館出発
 11:00 ラッキー着
 12:00 まるまつ着
 13:00 まるまつ発
 13:10 十文字道の駅着
 14:10 道に駅発
 15:00 公民館着 解散



☆サロンの内容☆

今月はバスハイクで十文字に行き、買い物やみんなで美味しい物を食べてきましょう！まるまつでは、各自好きなものを頼んで、道の駅では十文字の名産などを買いましょう。



申込問い合わせ先

西和賀町社会福祉協議会

TEL 84-2161 FAX 82-3572

介護予防サロン

参加費600円 ⌚ 10:00～14:00

※下前サロンは12:30までです。

近所のお友達と参加してみませんか？

下前	日程: 6月4日(水) 場所: 下前公民館 〆切: 5月28日(水)	左草	日程: 6月5日(木) 場所: 秋田方面 〆切: 5月29日(木)
若畑	日程: 6月9日(月) 場所: 若畑公民館 〆切: 6月2日(月)	上野々	日程: 6月10日(火) 場所: 上野々公民館 〆切: 6月3日(火)
湯川	日程: 6月12日(木) 場所: 悠々館 〆切: 6月5日(木)	小繋沢	日程: 6月13日(金) 場所: 小繋沢公民館 〆切: 6月6日(金)

【サロンの内容】

・体力測定・口腔体操・シルバーリハビリ体操・レクリエーション・脳トレなどを行っています

※地区によって内容が変更になります

○お願い○

・飲み物は各自ご持参ください

申込問い合わせ先
西和賀町社会福祉協議会
TEL 84-2161
FAX 82-3572

