



回覧

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: 10月1日(水)
	場所: 下前公民館
	〆切: 9月24日(水)

左草	日程: 10月2日(木)
	場所: 左草公民館
	〆切: 9月25日(木)

小繫沢	日程: 10月7日(火)
	場所: 小繫沢公民館
	〆切: 9月30日(火)

湯川	日程: 10月9日(木)
	場所: 悠々館
	〆切: 10月2日(木)

上野々	日程: 10月14日(火)
	場所: 上野々公民館
	〆切: 10月7日(火)

【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



介護予防サロン

回覧

🕒 9:30～16:00頃まで

近所のお友達と参加してみませんか？

若 畑	日 程：10月6日（月） 申込締切9/29（月）
	内 容：秋田名物稲庭うどんを食べましょう！
	参加費：1,900円 *稲庭うどんの食べ比べをしましょう。
	※9時半以降に自宅前でお待ちください

バスハイク行程表

9:30 若畑公民館発
11:30 佐藤養助 着
12:30 佐藤養助 発
13:00 ラッキー着
13:40 ラッキー発
14:00 道の駅 十文字 着
14:30 道の駅 十文字 発
16:00 悠々館着 解散



☆サロンの内容☆

稲庭うどんを食べて、ラッキーや道の駅十文字で買い物を楽しんできましょう！

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