

回覧



# 介護予防サロン



参加費600円 ⌚ 10:00~14:30

※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: 4月3日(水)  |
|    | 場所: 下前公民館    |
|    | ×切: 3月29日(金) |

|    |               |
|----|---------------|
| 左草 | 日程: 4月4日(木)   |
|    | 場所: 金ヶ崎町バスハイク |
|    | ×切: 3月29日(金)  |

|     |             |
|-----|-------------|
| 小繫沢 | 日程: 4月9日(火) |
|     | 場所: 小繫沢公民館  |
|     | ×切: 4月4日(木) |

|    |              |
|----|--------------|
| 湯川 | 日程: 4月11日(木) |
|    | 場所: 悠々館      |
|    | ×切: 4月5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。

※地区によって多少内容が異なります。

## ☆お願い☆

・飲み物は各自ご持参ください。  
・サロン参加時はマスクの着用にご協力お願いいたします。

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 担当 高橋

