

＼みんなで楽しく！からだもこころも元気に♪／

第2回 健康アアップ交流会

清水おとしより相談センターでは、高齢者の方が健康で安心して暮らせるお手伝いをしています。
秋の始まりに、健康づくりと仲間づくりをしませんか？
ぜひお気軽にご参加ください。

注目!

イベント内容

①思い出の整理できていますか？

～ゴミ屋敷にならないための秘訣を伝授します！～

②楽しく！脳トレ体操交流会

～笑顔に体操♪脳も活性化！～

日時:令和7年9月1日(月) 14:00～15:30

会場:清水地域センター レクホール (泉町16-16)

参加費:無料 定員:50名(先着順とさせていただきます。)

対象:清水町・蓮沼町・宮本町・泉町・大原町

にお住いの65歳以上の方

持ち物:飲み物、タオル、動きやすい服装

参加申込:令和7年8月15日(金)9:00～

▶清水おとしより相談センター(☎03-3558-6500)

申込み締切:令和7年8月27日(水)17:00まで