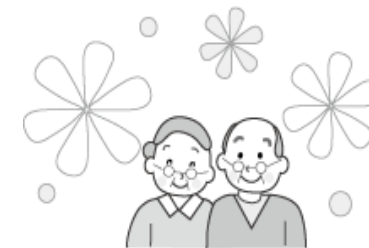


高齢者の元気づくり教室

26年度 参加者募集！！

おたっしや教室



最近、歌を歌ったり、大きな声で笑ったりしていますか？

「笑う門には福来たる」ということわざがあるように、笑いは生活に幸せをもたらすものと言われています。沢山笑ったり、歌を歌ったりして、いつまでも自分らしくいきいきと生活するヒントを見つけに、教室に参加してみませんか？

1. 日程・内容

月日	内容	月日	内容
①5月29日(木)	いきいき体操	⑥10月30日(木)	認知症サポーター養成講座
②6月26日(木)	音楽とのふれあい	⑦11月20日(木)	スポーツ吹き矢
③7月31日(木)	音楽とのふれあい	⑧12月18日(木)	スポーツ吹き矢
④8月28日(木)	五感セラピー	⑨1月29日(木)	笑いヨガ
⑤9月25日(木)	五感セラピー	⑩2月26日(木)	笑いヨガ

2. 時間 : 午後2時00分～午後3時30分
3. 会場 : 藤岡保健福祉センター
(渡良瀬の里となり)
4. 対象者 : 藤岡町内に在住する65歳以上の方
5. 送迎 : 希望者に対応予定
6. 募集人数 : 30名(先着順)
7. 申し込み : 4月21日(月)より、下記へ電話でお申し込み下さい

～申し込み先～

藤岡総合支所 健康福祉課

藤岡地域包括支援センター

電話 : 62-0911

※ 動きやすい服装で、飲み物(水分)をお持ちになってお越し下さい。

