高齢者はつらつ長寿推進事業 はつらつクラブ参加者募集

介護予防への理解を深め、自主的な活動や地域活動などを通じて地域でいきいきとした生活が送れるように支援する事業です。

■内　容：参加者の皆さんと一緒に、健康体操、音楽、外出、レクリエーションなどを実施。
■場　所：下記会場から選択
■対　象：市内在住の65歳以上の方で、会場まで自分で来られる方（介護、看護等個別対応が必要でない方）
■定　員：1会場あたり23名
■費　用：無料（材料費など一部実費負担あり）
■申　込：2月10日（金）～28日（火）までに昭和区社会福祉協議会へ来所または電話にて受付。**申込多数の場合は抽選。（新規の方優先）**

■はつらつクラブ実施会場　**午前は10時～　午後は13時半～**

曜日	時	実施会場	曜日	時	実施会場
月	午前	白金コミュニティセンター	木	午前	広路コミュニティセンター
	午後	八事コミュニティセンター		午後	川原コミュニティセンター
火	午前	昭和スポーツセンター	金	午前	昭和区社会福祉協議会
	午後	松栄コミュニティセンター		午後	滝川コミュニティセンター

楽しく介護予防！みんなで「ふまねっと運動」
（ふまねっとは、歩行・認知機能改善を促すものです）

各会場の男性が集まってウォーキング
今年度は小牧山城に行ってきました！

お問い合わせ　**昭和区社会福祉協議会　☎884-5511**

知っていますか？

昭和区の街角にこんな軒神さまが祀られています。
皆さんは見かけられたことがありますか？

P.7に解説あります。