



通信

八街市南部老人憩いの家
 八街市沖1124-2 ☎ 043-445-2976
 ホームページアドレス
<https://www.yachimata-yuyu.jp>
 令和5年2月 第2号



こんにちは！南部老人憩いの家です！



八街市南部老人憩いの家は、地域のみなさまが安心して健康に暮らせるように
 お手伝いさせていただく場として提供しています。
 また、色々な教室なども行っていますので、ぜひ、
 ご活用ください。

※利用時間や料金などについては、老人福祉センター
 ゆうゆうと同じです。但し、浴室はありません。



おもな活動



南部老人憩いの家主催事業
 青空ラジオ体操

南部老人憩いの家主催事業
 いきいきスマイルクラブ

毎週土曜日
 午前10時より
 沖運動公園にて
 ※雨天の日は老人憩いの家
 室内にて行います。
 ご自由にご参加ください。

2月の開催日は、
 8日(水)と22日(水)です。
 10時から1時間程度行います。
 内容：脳トレ・体操など
 ※お時間に都合がつく方は、
 ぜひ、ご参加ください。



一日30分(10分ずつでも可)外に出て散歩
 すると、お日様を浴び、体を動かすことから
 血液の循環が良くなり健康につながりますよ！



南部老人憩いの家 奈良 美枝
 飯高 悦榮