



# 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

