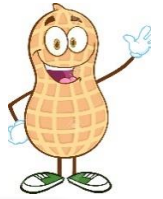




八街市老人福祉センター ゆうゆう通信 『第34号』



サークル紹介

ポラリス



八街市介護予防リーダーのもと月2回会員10名で健康体操・脳トレなどをおこなっています。それぞれ体調に合わせ無理なく、ゆるゆると楽しく活動しています。

体操の終わった後は、“**今日も笑ったね**”とパワーいっぱいです。

・・・もうひとつ・・・

Aさんの鋭い観察力とツッコミ、先生とのやりとりは、お腹を抱えて笑ってしまうほど。。。おかげでメンバーは、ドーパミン大放出でみんな若返っています。



ゆうゆうカフェ

10月15日(水) 午前10時～11時30分 リハビリルーム

予約不要です。
飛び入り参加も大歓迎です。
ぜひご参加ください。



10:00 カフェタイム
10:20 ミニ講義(介護保険施設・ショートステイ)
10:40 質問タイム・相談コーナー

ルナツー公開勉強会

10月18日(土) 午前10時～正午 娛樂室

もしかして認知症？ あの時やっておけばと・・・後悔しないために

申し込み 10月16日(木) までに 風の駅舎へ お電話してください。

☎ 043-442-7699 (午前10時～午後5時)

講師：ライフプランナー 柳下 哲也 氏



ヨガ体験講座始まります！ 11月7日(金) 14日(金) 21日(金) 午後1時30分～3時

娛樂室

♥はじめてでも安心♥

申し込み 10月21日(火)
午前9時～電話で受付します。



市内在住60歳以上の方 費用 無料
定員15名(先着順)