



# 八街市老人福祉センター ゆうゆう通信



余寒厳しいこのごろでございますが、いかがお過ごしでしょうか  
三寒四温の季節となり、日ごとに春の気配が感じられるようになります  
が、今年の冬は極寒ですね  
体調管理に気を付けて睡眠と栄養を摂りましょう  
ゆうゆうのお風呂に入って、血行促進、疲労回復、ストレス軽減、  
非日常感を味わいませんか  
ぜひ、お立ち寄りください。



## クリスマス会を開催しました

八街市老人福祉センター ゆうゆう  
〒289-1115 八街市八街ほ157  
電話 043-443-5211  
FAX 043-440-7371  
ホームページアドレス  
<https://www.yachimata-yuyu.jp/>



たくさんのご来館  
ありがとうございました。



大正琴サークル 琴曜会のみなさん



落語 大室亭 絶好調さん



舞踊サークル なのはな舞踊会のみなさん



一区婦人会ダンス部のみなさん



ズンバサークル リンダGOLDさん



レクリエーションダンス ひめゆりのみなさん

## 美立体操講座開催します

2月14日（土）21日（土）28日（土）  
午後1時30分～2時30分

対象者：市内在住60歳以上の方 先着15名 原則として全日参加できる方

持ち物：上靴、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、タオル

参加費：無料 申込は、2月5日（木）午前9時より電話または窓口にて受付ます



個人、団体利用は随時受付しております。初めてご利用のお客様は、身分証明書  
(住所、年齢が確認できるもの)をご持参ください。

利用時間：午前9時から午後5時 入浴時間：午前10時から午後2時

休日：毎週月曜日と12月28日～1月4日

