健康マージャンサロン「ふらっと」のご案内

健康マージャンとは、「(お金を) 賭けない、(お酒を) 飲まない、(タバコを) 吸わない」をモットーに、初心者でも分かりやすく健康的に楽しめる活動です。
また、脳が活性化し、脳トレになるとともに、認知症予防効果が高いとも言われています。
皆さまのご参加をお待ちしております。

活動日 10月２日 (水)・11月６日 (水)・12月４日 (水)・１月８日 (水)
各日 13：00 ～ 16：00
活動場所 ふれあいセンターかがやき
参加費 １回 300 円
申込方法 ※事前に電話でお申込みください。
申込期間 ９月５日 (木)・６日 (金)
各日 ９：00 ～ 17：00
定員 40 名（申込多数の場合は抽選）
問合せ 048-991-2700

緑の丘公園での健康マージャン「ふらっと」

緑の丘公園での対象者は、マージャン経験有りの方に限定させていただきますので、予めご了承ください。

活動日 10月31日 (木)・11月21日 (木)・12月19日 (木)・１月30日 (木)
各日 13：00 ～ 16：00
活動場所 緑の丘公園レクチャー室
参加費 １回 300 円
定員 20 名（申込多数の場合は抽選）
対象者 マージャン経験有りの方
申込方法 事前にお電話でお申込みください。
申込期間 ９月９日 (月) ～９月11日 (水)
各日 ９：00 ～ 17：00
問合せ 048-991-2700

「介護者のつどい」のご案内

●認知症や障がいのある方を介護している方なら、どなたでも参加できます。
●在宅介護、施設介護、遠距離介護など、介護の在り方は問いません。
●認知症等の人を介護する方同士がお互いに話し合い、耳を傾けあう場です。
●ひとりで悩まず、ここであなたの思いを話してみませんか

日　時　令和６年10月19日（土）　午前10時～11時30分
場　所　松伏町ふれあいセンターかがやき　１階　多目的室１
対　象　認知症や障がい者を介護している方、ケアラー、家族
内　容　認知症や障がいのことを一人で悩まず思いを語りましょう。
協　力　南部地域包括センター・北部地域包括センター

デイサービス 穂の華
生きる活力は
笑顔ある暮らし！
丁寧なお手伝いを心掛けます！
「美味しい食事を楽しむ」「大いに体を動かす」「元気な活力を回復する」
通常規模通所介護施設
デイサービス
穂の華
大川戸1747-1　048-940-6136

～リハビリフィットネス＆ボディメンテナンス～
ここふわり
令和6年５月　松伏町ふれあいセンターかがやき１階にて
TEL 080-4389-2136
看護師・理学療法士常駐
介護予防フィットネスに特化した通所型サービスＡです
令和６年５月に新規オープンしました～リハビリフィットネス＆ボディメンテナンス～
【ここふわり】は皆様の健康と運動を全力でサポートいたします！！