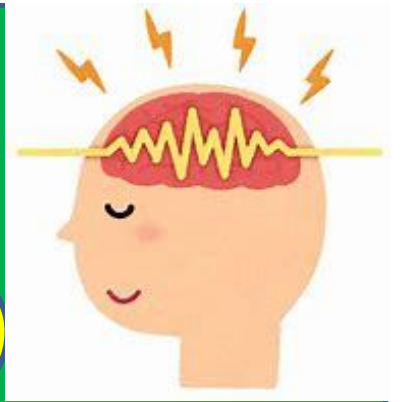


『ここレク』（こころレクリエーション）



みんなde脳活♪

日程 7月2日(金) 14:00~15:00

♪みんなde楽しい時間を過ごしませんか♪



今回の講座は、『**運動習慣を身につけよう~ロコモ予防編~**』

です。日常で実践しやすい内容でお話します。また、健康問題や身近な悩み、心配事についてみんなde考えてみませんか？

参加対象	当館高齢者コーナー(2F)にご登録されている方
場所	亀田交流プラザ 2階 交流集会室
定員	10名(先着順)
参加方法	6月18日(金)9:00 から事前申し込み開始！！ お電話または2階受付で直接お申し込みください
持ち物	マスク、筆記用具、高齢者コーナー利用券、飲み物

時間の共有が目的です。活用の仕方も自由！楽しみ方はそれぞれです！！心の健康を保つ『**憩いの場**』として是非ご参加ください♪

※お問い合わせは、2階高齢者コーナーまたは、2階保健相談室へ
お願いします (☎ 0138-86-6827)

主催：亀田交流プラザ 保健師