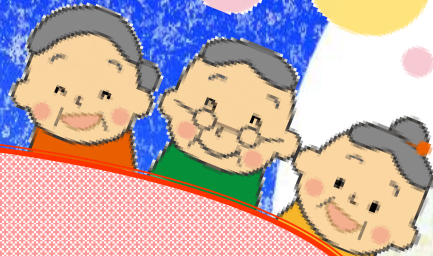


初めての方、  
おひとりでのご参加も  
大歓迎です！！



保健師によるつどいの場

# ゆるら〜ひろば

テーマ

～暑さに負けない！夏の工夫～

残暑を乗り越えよう！！

開催日時：8月26日（月）10:00～11:00

10時から始まります。間に合うようご来館ください  
内容によっては途中参加ができない場合があります

- \* 場所：2階交流スペース
- \* 持ち物：飲み物、歩きやすい靴でお越しください
- \* 定員：自由参加

人数が多い場合は見学・応援席となる場合があります

保健師の知恵袋

5分間のお話し

- ・残暑を乗り越える工夫について

みんなでワイワイ

〇×クイズ

- ・その夏バテ対策、ウソ・ホント？



体を使ってゲーム

- ・動いて笑うと効果あり！

お問い合わせ先 高齢者コーナー 直通 ☎ 86-6827