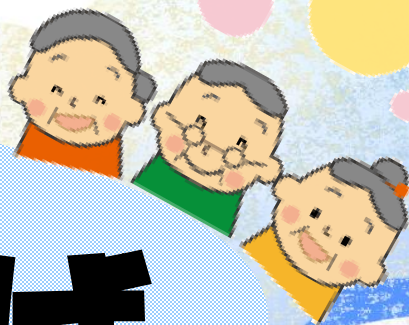


初めての方、
おひとりでのご参加も
大歓迎です！！

集まって！遊んで笑って！

保健師によるつどいの場



ゆるらひろば

テーマ

暑い夏！

涼んで、使って頭をクールダウン！

～暑さでボンヤリする頭を、遊んで使って刺激しましょう！～

開催日：8月18日（月）

時間：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（予約制ではありません）

人数が多い場合は見学・応援席となる場合があります

内 容

保健師の知恵袋(ミニ講話)

- 暑さで頭がボーっとするのはなぜ？
冷やす？温める？
夏を凌ぐコツのお話し



ゲーム

- ゲーム・夏にちなんだ脳トレで
頭を使い、指や肩を動かしましょう！
血の巡りを良くして、ちょっとスッキリ

お問い合わせ先 高齢者コーナー 直通 ☎ 86-6827