

活動再開

次回数もお楽しみに！

自主グループ 新メンバー大募集！



『はつらっクラブ』



- 場所：原クラブ会館
- 日時：毎週金曜日 10:00-11:00
- 内容：
ストレッチを毎週集まって行っています。
みなさん元気いっぱい！！
グループに参加することで、
姿勢改善された方もいたとのこと！
- 問い合わせ先：
南第1高齢者支援センター
(042-796-2789)

『フロイデみなみ』



- 場所：養神館合気道町田道場
※1月より、活動場所が『町谷町内会館』
変更となります※
- 日時：第2・4月曜日 10:00-11:00
- 内容：
歌とストレッチを隔週で行っています。
参加者の皆さんは仲が良く、笑い声が
飛び交っておりました。
- 問い合わせ先：代表 久保様
(090-2907-1958)



満員御礼

2021年度介護予防月間 地域型イベント

歩くカアッフ講座 ～明日への一歩のために～

10月26日、介護予防月間イベントを南市民センターで開催しました。
30名の定員いっぱいのご予約を頂き、当日も皆様ご参加されました。
南町田病院で理学療法士として活躍されている、山田先生による
貴重なご講義、(株)ヤマシタ様、(株)フォレストはもれび様にも
ご協力いただき、測定会を行いました。



「参加してよかった、気持ちよかった」「自分の歩行状態を客観的に知るきっかけができた」「久々に集まることができてよかった」とのお声をいただきました。
イベント開催にあたり、介護予防サポーターの皆様にもご尽力いただき、
イベントを無事に終了することができました。誠にありがとうございました。

