令和４年度であいの森高年者福祉センター主催

すまいる広場 ～介護予防～ in であいの森

すまいる広場とは？

心と体をリフレッシュしませんか？

であいの森では地域の高年者の皆様が生き生きと元気に暮らせるお手伝いをしていきます。

コロナ禍で大変なときではありますが、ひとときの時間体操や脳トレなどを行いストレスを発散できればと思います。予約制ではないので、当日来館で自由にご参加出来ます。

4月

簡単な体操をしてみよう	１３日（水）	・	２２日（金）
創作漢字を考えてみよう	１８日（月）	・	２７日（水）

時　間：１０時～１０時３０分

場　所：であいの森　１階　レストラン奥

※内容は変更になる可能性もございます。

対象者：草加市在住の６０歳以上の方

※事前申し込みは必要ありません。当日直接お越しください。

持ち物：体操・・・フェイスタオル、飲み物

学習・・・筆記用具、老眼鏡（必要な方）

コロナウイルス対策について

〇換気をしながらの開催となります。ご自身で体温調整できるように準備をお願いします。

〇新型コロナウイルス感染拡大状況により日程や実施内容に変更があることがございます。予めご了承下さい。

ご不明なことがありましたら、いつでもお電話お待ちしております。

草加市総合福祉センターであいの森

電　話：０４８－９３６－２７９１

担　当：　山田　　佐藤 NS　西村

《草加市社会福祉事業団》

HP　facebook　YouTube