

高齢者の暮らしを応援！

地域包括支援センターだより

岡長寿支援課（金屋庁舎）

有田川町地域包括支援センターでは、介護予防などの相談に応じています。

いきいき百歳体操 新しいグループ誕生！！ ～ニューサロン（丹生地区）～

丹生地区に新しい体操グループ、ニューサロンが誕生しました。5月から、第1・3木曜日の13時より丹生区民館で活動を開始。メンバーで役割分担と協力をしながら、和気あいあいとした雰囲気の中、楽しんで取り組まれています。体操後に行うサロンも楽しみの一つになっているようです。

参加者の方々は「体操すると気持ちいいね」「これからも体操続けていきたい」「こういう場があることで、普段出会えない人ともお話できるのがうれしい」と活動への満足感や喜びを語ってくださいました。



出張お話講座のご案内

地域包括支援センターでは、運動グループへリハビリ職や管理栄養士の派遣、体力測定を実施しており、健康づくりのお手伝いをしています。

ご希望される場合は、地域包括支援センター（☎ 22 - 4502）にお問い合わせください。

※年間として、1グループ1回のみの実施とさせていただきます。ご了承ください。

