

「いきいきももりん体操」を始めませんか？

「いつまでも元気に暮らしたい」
「仕事や趣味・楽しみをこれからも続けたい」
という皆さんへ



身近な地域で！元気に楽しく！
健康長寿の活動を始めてみませんか！



いきいきももりん体操が
皆さまに贈る
3つの「良いこと」

仲間
づくり

集まる場
づくり

元気な体
づくり



【野田町婦人会】

会場：三河台学習センター
日時：毎週火曜日 9:30～



【スマイル三河町】

会場：三河町会館
日時：毎週火曜日 10:00～



【ふれあい体操】

会場：きらり健康生協
ふれあいホール
日時：毎週水曜日 10:00～



【太田町町会】

会場：太田町会館
日時：毎週木曜日 13:00～



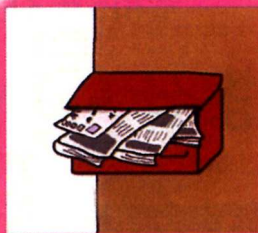
【すかわももりん体操】

会場：須川診療所外来待合
日時：毎週土曜日 14:00～

参加は無料です！
お気軽にお問合せください



参加、お問い合わせは中央西地域包括支援センターまで



郵便物が
たまっている



・あざやけががある
・大声が聞こえる



・子育てと介護の両方を
負担。
・子供が介護している



・同じことを何度も言う
・話がかみ合わない

あなたの周りに
気がかりな方は
いませんか？



・衣服の汚れ、におい、
髪がボサボサ
・痩せてきている



見慣れない人が
出入りしている

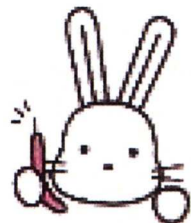


数日顔を見ていない



「あれ？」という小さな気づきを見逃さず、早めにご連絡ください。

まずはお気軽に
お電話ください
☎563-4880



川浪奈央子 鈴木美樹 大井正美 平山律子 横山真由美

福島市中央西地域包括支援センター
福島市野田町1丁目12-72 須川診療所内
相談時間 月曜日から土曜日
(午前9時から午後5時)

