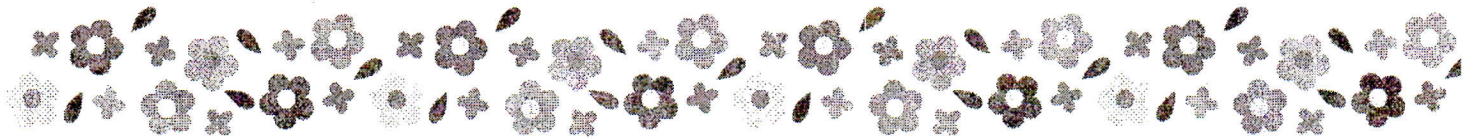


布田町ふれあいサロン



健康体操や介護予防のためのレクリエーションなど、「楽しみながら介護予防」がモットーの「地域ふれあいサロン」を下記の日程で開催いたします。たくさんの方々のご参加をお待ちしております。

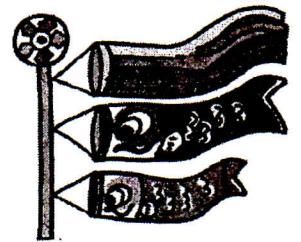
< 日時 > 5月 1日(火) 午後1時30分～3時30分

5月18日(金) 午後1時30分～3時30分

< 場所 > 布田町事務所

< 対象者 > おおむね65歳以上の方

< 利用料 > 100円



～今月のサロンの内容について～

☆介護予防のためのレクリエーション

歌・体操・ゲームなど・・・

☆お茶・おやつ時間

介護予防効果

・歌を歌うことは、呼吸機能の強化や発語・発声の訓練になり、脳の活性化にもつながります。

・体操は、腕や足を動かしたり、伸ばしたりすることで、体を温めて血行を良くし、筋力の低下を予防します。



お問い合わせ先

敦賀市社会福祉協議会 [22-3133 (代)]

「地域ふれあいサロン」担当者まで