

# すこやか倶楽部のご案内

すこやか倶楽部は、白石区にお住いの、おおむね65歳以上の方どなたでも参加できます。介護予防・閉じこもり予防を目的に月に1回、最寄りの会館や公園で転倒予防・認知症予防を行っています。ぜひご参加ください、ご連絡お待ちしております！

会館	日時	内容
菊水元町町内会館 (菊水元町2条1丁目8-4)	7月23日(火) 14:00~15:00	放っておけない高血圧 講師：白石区第2地域包括支援センター
菊水元町南会館 (菊水元町7条2丁目6-5)	7月11日(木) 14:00~15:00	
米里会館 (米里3条1丁目6-10)	7月9日(火) 14:00~15:00	加藤式降圧体操の紹介 
東米里福社会館 (東米里2157-9)	7月2日(火) 14:00~15:00	

8月~10月は最寄りの公園で「モルック」を実施致します。

「モルック」とはフィンランドの伝統的なスポーツ。木の棒を投げ、スキットルという1~12の番号が書いてある木製のピンを倒し、ぴったり50点を目指す頭脳スポーツです。是非、公園にも遊びに来てください。



すこやか倶楽部  
【米里会館】  
福祉部さんの協力を頂き、屋内でモルックを実施しました。



お申込み・お問合せ  
白石区介護予防センター菊の里 ひぐち☆そいだ  
白石区菊水元町8条2丁目7-15  
☎ 879-6012 (土・日・祝日お休み・8:30~17:30)

# 清掃スタッフ募集



楽しい仲間たちと  
からだを動かして健康維持！

募集人数  
1名



場所



～お問合せ先～

社会福祉法人 寛聖会

特別養護老人ホーム平成苑

白石区菊水元町8条2丁目7-15

☎ 879-6666 みかみ



採用条件：元気な女性

勤務場所：特別養護老人ホーム平成苑

勤務時間：8：00～12：00

時給：960円（交通費あり）

仕事内容：施設での清掃スタッフ（トイレ清掃あり）

入居者様の洗濯・洗濯物畳み。

※詳細は上記、お問合せ先までご連絡下さい。

