

新年あけましておめでとうございます

去年は、たくさんの方が、すこやか倶楽部に参加して頂きました。介護予防事業に、協力して下さい、すこやか倶楽部の参加者の皆さま、各地域団体の皆さまに深く感謝申し上げます。

本当にありがとうございました。

今年も、皆さまが健康で楽しく過ごして頂けるよう、楽しい企画を地域関係者の皆さんと連携し、お力になれるよう頑張っております。

今後共どうぞよろしくお願い致します。



介護予防センター菊の里 樋口・惣伊田

2024年 地域活動支援をさせて頂きました。

2/28 菊の里ボランティア研修会



9/18 菊の里健康づくりフェスティバル



去年は、様々な地域団体様から脳トレや体操、健康に関する講話のご依頼が沢山あり、楽しい時間を過ごすことが出来ました。予防センターはいつでも、地域の集まりの場に出向き飛び回ります。お気軽にご連絡ください！

すこやか倶楽部のご案内

東米里福社会館 東米里 2157-9	1月7日 11:00~13:00 2月4日 14:00~15:00	1月 もちつき・運試し 2月 福祉用具について (フロンティア)
菊水元町南会館 菊水元町7条2丁目 6-5	1月9日 14:00~15:00 2月6日 11:00~13:00	1月 福祉用具について (フロンティア)・運試し 2月 調理実習
米里会館 米里3条1丁目 6-10	1月14日 11:00~13:00 2月4日 10:00~11:00	1月 もちつき・運試し 2月 体操・レクリエーションなど
菊水元町町内会館 菊水元町2条1丁目 8-4	1月28日 12:00~14:00 2月25日 14:00~15:00	1月 もちつき・運試し 2月 体操・レクリエーションなど

すこやか倶楽部は、菊の里地区にお住いの、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！

2024年 介護予防教室

健康への第一歩！ まずは、地域の集まりへ出向こう



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)

