

10月24日(金)は

いきいき運動クラブ
大交流会だよ!

全員集合

時 間 受付：午後1時00分～
開始：午後1時30分～午後3時

場 所 湯前町農村環境改善センター

持参物 飲み物
室内シューズ
百歳体操で使う重り(持っている人のみ)
※動きやすい服装でご来場ください。

対象者 どなたでも
※パンフレットと参加賞を
準備しています。

理学療法士 濱田先生の
ワンポイントアドバイス付き

参加者全員で
いきいき百歳体操!

百歳になっても元気に
いきいきと過ごせるように
みんなで筋力向上と転倒予防!
「百歳体操の効果」を
お見せします。

いきいきチェック
大賞表彰式!

百歳体操で身体の状態が
改善した人を表彰!

皆で語ろう!
通いの場のこれから

御大師(下里)・地藏(上里3)
駅前(中里2)クラブ代表者
にお話しいただきます。

オレンジカフェ
木楽話笑作品展示

毎週木曜日13:30-
保健センターで開催している
ものづくり教室
「木楽話笑(きらくわしょう)」
どなたでも
お気軽にご参加ください。

一致団結! 座って行う
レクレーション

賞品あります!



湯前町 保健福祉課 介護保険係
☎0966-43-4112

10月24日の誕生花「ガーベラ」
花言葉：希望、前向き、常に前進