## 中洲学区すこやかサロン報告

6月11日(水)、おでかけサロンを開催し、安土城考古博物館、信長の館を見学しました。 あいにくの天気でしたが、皆さまのご協力のおかげで楽しい一日となりました。次回のおで かけは 10月23日(木)、紅葉で美しい長壽寺と福祉用具センターへ行きます。申し込み受付 開始は、9月1日(月)の予定です。7月10日(木)のコンサートは受付中です♪









自治会すこやかサロンが開催されました

新庄5月27日(火) ゆいの里へおでかけ し、ペットボトルを使 う体操や脳トレ、『気ま ぐれマルシェ』のラン チを楽しまれました。



服部 5月27日(火) 熱中症のお話のあ と、体操をして、その後 コーヒー実演があり、 パンとともにカフェ時 間を楽しまれました。



立田6月12日(木) ヤクルト職員より腸 年齢の話を聞き、おな か元気体操をして、あ じさいなどのお花を愛 でて楽しまれました。

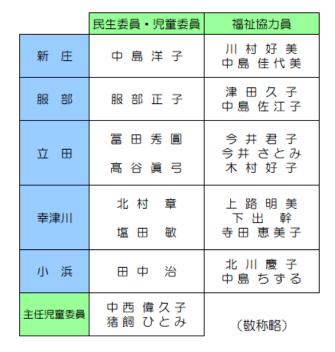


幸津川6月20日(金) 元気な声で歌い、月 光仮面の登場やビンゴ 大会を楽しんだ後、健 康体操や誕生日のお祝 いをされました。



## 地域の相談相手です

民生委員・児童委員及び福祉協力員は、必要に 応じた福祉制度の紹介など、お困りごとのお手伝 いをしてくださいます。また、知り得た個人の秘 密は適切に守られます。お気軽にご相談ください。



## 中洲おたがいさん大作戦

今年も夏休み期間中、各自治会で ラジオ体操を実施します。ぜひご家族 一緒にご参加ください。



ラジオ体操は、骨や関節、筋肉をまんべんなく動か すことができる全身運動です。運動による全身への 刺激は体の機能を高め、体力を増進させる効果が期 待できます。起床後のストレッチやスポーツ前のウ ォーミングアップにも有効です。

大人も子どもも朝のラジオ体操で、暑い夏を乗り 切る体力をつけましょう!

新庄自治会	7/22~8/8 8/18~8/29	八幡神社
服部自治会	7/22~7/31 8/21~8/29	洗い場前広場
立田自治会	7/22~7/25 8/18~8/22	観音堂
幸津川自治会	7/22~8/1 8/18~8/22	下新川神社
小浜自治会	7/22~8/1 8/25~8/29	集落センター広場