

平成30年度 中央学区げんきかい

(岩堀区・横落区) のお知らせ



自分は元気、まだまだ大丈夫と思っているあなた！！
知らない間に体力は低下します。
今から学区の仲間と健康づくりに取り組みませんか？

1 日 程 (木曜日)

5月24日	6月14日	7月12日
8月 9日	9月13日	10月11日
11月 8日	12月13日	1月10日
2月14日	3月14日	

2 時 間

午前10時から11時30分まで

3 会 場

岩堀公民館

**会場を変更
しました！**

4 対象者

おおむね65歳以上の方

5 内 容

体力チェック・家庭でできる体操・
認知症予防のための頭の体操等



こうた健康マイレージ
対象事業

2 ポイント

6 その他

- ・げんきかいの参加をご希望される方は、事前に地域包括支援センターにお申込みください。
- ・げんきかいに参加時は、運動できる服装でお越しください。また、上履きと水分補給用のお茶、タオルを忘れずに持参してください。

7 申込み及び問い合わせ先

幸田町地域包括支援センター
電話 62-7331

送迎については、裏面にあり



送迎バスの時刻表



※送迎バスの利用をご希望される方は、
地域包括支援センターに事前申し込みが必要です。

場 所	時 間
① 菱池池端	9:25
② 幸田町役場前	9:28
③ 幸田保育園前	9:29
④ ドミー前	9:30
⑤ 横落児童館前	9:32
⑥ 熊野神社横公園前	9:35
⑦ 菱池・欠間	9:37
岩堀公民館	9:40

