

南平地域包括支援センター

人と人がつながり、助け合える地域づくりに取り組んでいます

【開催予定のイベント】

地域のお店をスタンプラリーで回るイベント

ゆうゆう散歩

開催期間：令和7年3月11日(火)～3月25日(火)

普段から散歩や運動の習慣がある方も、最近外に出る機会が減ってきたなと感じている方も、是非ゆうゆう散歩に参加して、地域の交流や移り行く季節の景色をお楽しみください！
ゴールの南平包括では、地域の方にご協力いただいた手作り作品のプレゼントをお渡ししています。

※台紙の配布場所は南平包括までお問い合わせください TEL048-225-5888

【開催中の集いの場】

認知症本人と家族サロン きゅぽの会



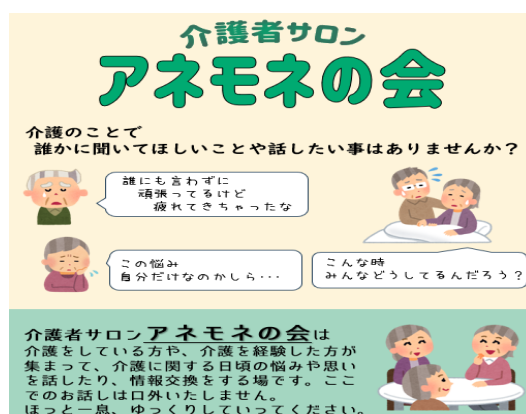
認知症ご本人や認知症の介護をしているご家族の方が、楽しくお話しをしたり情報交換をする場です。

活動日：偶数月 第1火曜日
午後3時～4時30分

場所：デニーズ川口元郷店
費用：メニューからお好きな商品を一品注文

対象者：認知症本人やその家族
※完全予約制です

介護者サロン アネモネの会

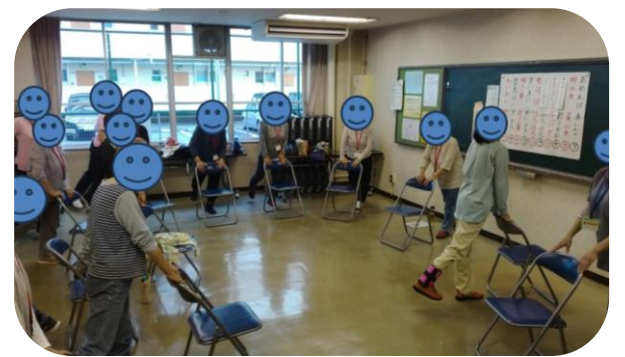


介護をしている方や、介護を経験した方が集まり、日頃の悩みや思いを話し、情報交換をする場です。

活動日：毎月 第3火曜日
午前10時～11時30分

場所：南平包括内
費用：無料
対象者：介護をしている方
介護経験がある方

百歳体操 はなみずき体操クラブ



おもりを使った体操です。日常生活に必要な筋力を鍛えることが出来ます。転倒予防にも効果的です！

活動日：金曜日(月4回)
午後1時30分～3時

場所：朝日東公民館
費用：1回 100円

