

すずめサロンのお知らせ

下記要項にて開催します。

65歳以上の方、皆さまお誘いあわせのうえお気軽にご参加ください。

日 時 11月5日(火) 午前10時～12時30分
場 所 米泉公民館 2階 和室
内 容 「カラオケ教室♪」
講 師 美晴 一輝 氏
会 費 100円(昼食代として)

11月

日 時 11月19日(火)
午前10時～12時30分
場 所 米泉公民館 2階 和室
内 容 「チェアヨガ」
椅子に座ったままで軽いヨガやストレッチ
などを行います♪
講 師 体力指導士 中地 由里恵 氏
会 費 100円(昼食代として)

西泉サロン

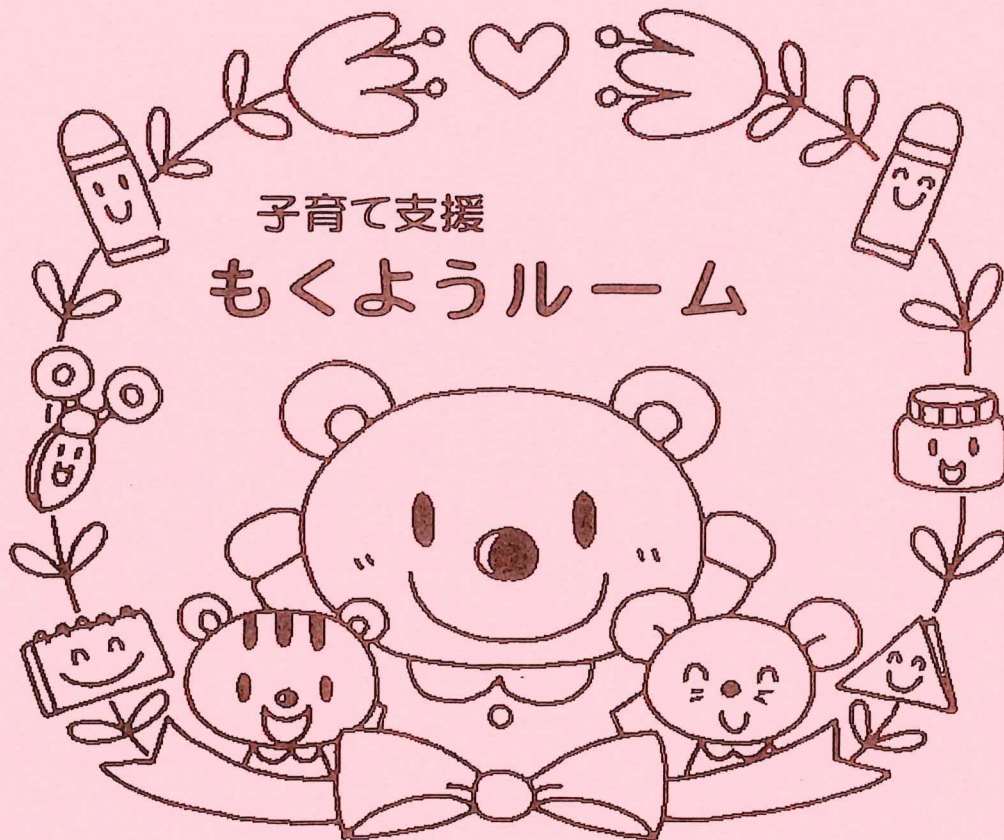
日 時 11月26日(火) 午後1時～2時
場 所 西泉町会館(西泉:4-58 ドン.キホーテ近く)
※参加費無料、内容は来てのお楽しみ..♪

回覧

令和6年9月26日

米泉校下の皆さまへ

米泉校下社会福祉協議会
会長 山本 秀昭



10月の予定

10日(木) 手遊び・読み聞かせなど

24日(木) 自由遊び

時間 10:30 ~ 11:30

場所 米泉公民館 2階和室

対象 0歳~未就学児・妊婦さん

※10日は、保健師さんの『まちの子育て保健室』もあわせて開催しています。

校下にお住いの方ならどなたでも♪(お申し込み不要です)

お友達がほしい…
気分転換がしたい…

こんな時どうしたらいいの?
など

笑顔のボランティアスタッフがお待ちしています。

ぜひ遊びにきてください♪

問い合わせ先 米泉校下社会福祉協議会(米泉公民館内)

TEL 241-8924

回 覧

米泉校下の皆さま

令和6年9月26日

米泉いきいき健康教室

令和6年度 いきいき健康教室

第5回 ウォーキング

清秋の候 皆様にはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。
いきいき健康教室を下記のとおり開催いたします。

さわやかな秋風を感じながら伏見川周辺をウォーキングします。
それぞれの体力に合わせて歩きますので、皆さんお誘いあわせのうえお気軽に
ご参加ください。

記

日 時 10月23日(水) 10:00～11:30
(※ 9:30～受付開始)

集合場所 米泉公民館 1階 研修室 (血压測定後、出発します)

コース 伏見川周辺

持ち物 水分、タオル
※動きやすい服装、運動靴でご参加ください。

※ お申し込み不要です。

※ 雨天時は、室内(公民館 2階和室)でゲーム・体操などを行います。

お問い合わせ：米泉公民館 ☎241-8924