

令和 3 年度

常盤平地域包括支援センター

10 月の行事予定

相談会

出張包括相談会

①ファミリーマート

牧の原店

日時：10月1日（金）

時間：10：00～11：00

②そうごう薬局五香店

日時：10月28日（木）

時間：13：00～15：00

つどい

カフェゆうかい

（毎月2回程度月曜日）

※開催日は直接お問い合わせください。

時間：13：00～15：00

会場：はれの日サロン

運動

介護予防教室

ゆるゆる太極拳

日時：①10月8日（金）

※10/8 太極拳終了後に希望者のみ

パトワーク（地域の見守り活動）実施予定

②10月22日（金）

10：00～11：00

会場：常盤平中央商店会

のぞみの広場

持ち物：タオルと飲み物

※動きやすい服装

運動

介護予防教室

OH！げんき体操教室

日時：10月12日（火）

会場：常盤平市民センター
（ホール）

時間：10：00～11：30

持ち物：タオルと飲み物

※動きやすい服装

■9/1 広報まつど掲載（申：往復はがき優先）

9/20 まで往復はがき受付 9/21～電話受付開始

講習会

★フロが教える！！

『エンディングノート』の書き方講座

日時：10月13日（水） 13：00～14：30

会場：常盤平市民センター（第1会議室）

■9/15 広報まつど掲載

運動

介護予防教室 フォレストウォーキング

日時：10月27日（水） 会場：21世紀の森と広場

時間：13：30～15：00 持ち物：タオルと飲み物

※動きやすい服装と靴 ◇今回はウォーキング中級者です

◇お申込み・お問合せ◇

常盤平地域包括支援センター

（常盤平高齢者いきいき安心センター）

TEL：047-330-6150

FAX：047-330-6260

☆私たちは、おおむね 65 才以上の方の相談支援活動をしています

協力：常盤平高齢者支援連絡会

※各教室ともに定員になり次第受付が終了となる場合もありますのでご了承ください。