

あおぞら通信 10月号

【お問い合わせ】北秋田市南部地域包括支援センター
☎0186-82-3262



朝夕は肌寒くなり、秋の訪れを感じますね。寒くなってくる時期ですが体調には気をつけてお過ごしください。



【まちかどカフェ】

認知症ミニ講話や脳トレなどを行います。



あおぞらサロン



保育園児による合唱

今年度の「あおぞらサロン」は10月で最後となります。みなさんの参加お待ちしております。

【さなぎの会】in 阿仁



【さなぎの会】in 大阿仁



【10月の予定】

時間:10:00~11:30 マスクの着用をお願いします。

前田公民館	
介護予防教室	12日(火)
まちかどカフェ	28日(木)

あおぞらサロン
20日(水)

阿仁公民館	
さなぎの会	25日(月)
大阿仁公民館	
さなぎの会	19日(火)

さなぎの会では、認知症ミニ講話や体操、レクリエーションなどを行います。



【介護予防教室】 市の保健師による「フレイル予防教室」を行いました。



次回 10月12日(火)の前田介護予防教室では、講師をお迎えし「**太極拳講座**」を行います。みなさんの参加お待ちしております。

移動介護予防教室・まちかどカフェ

