

<令和 8 年 7 月度> 【ふれあいサロンのお知らせ】



梅雨明けと共にいよいよ盛夏を迎えます。今月は 7 月11日(土)に『赤坂町夏祭り』が開催されますので その準備のため第 2 金曜日(7/10)はお休みです。第 4 金曜日(7/24)は『介護予防教室』の講話で時間は 13 時 30 分～15 時までの 1 回のみとなります。

□場所 赤坂町公民館

日(曜日)	内 容
3 日(金)	ハツラツ元気体操 *1 回目:13 時 30 分～*2 回目:14 時 30 分～
10 日(金)	夏祭り準備のためお休み 
17 日(金)	ハツラツ元気体操 *1 回目:13 時 30 分～*2 回目:14 時 30 分～
24 日(金)	介護予防教室 『運動器の機能向上』
	◇講師:川上 厚子先生 (福祉レクリエーションワーカー)
	*時間:13 時 30 分～15 時
31 日(金)	ハツラツ元気体操  *1 回目:13 時 30 分～*2 回目:14 時 30 分～
8/7(金)	ハツラツ元気体操 *1 回目:13 時 30 分～*2 回目:14 時 30 分～