

熱塩加納地区生活支援支え合い会議

おたがいさま広場「通いの場」

地域の皆さまが顔を合わせて、楽しく交流するイベントです。どなたでも参加できます。自分の体を知り、健康維持や介護予防のため、みんなで楽しい時間を過ごしましょう♪

集まれ！夢の森



第1回 おたがいさま広場 通いの場

日時：令和7年6月17日(火)午前9時30分～11時30分（途中参加可）

会場：熱塩加納保健福祉センター 夢の森 健診ホール

内容：①血圧測定 ②体重測定 ③体脂肪率、体内年齢測定

※ご自身の数値を記録し、継続測定します

④保健師による健康相談（希望者） ⑤熱塩加納元気節体操

⑥ベジチェック（野菜の摂取量がわかります） ⑦ポッチャ

⑧脳トレドリル（希望者） ⑨茶話会（楽しくおしゃべり）

⑩生協移動販売車でのお買い物（希望者）

参加費：ひとり100円（当日持参） ※未就学児 無料

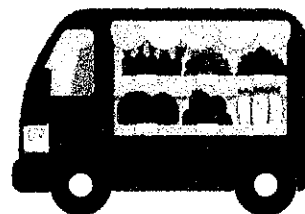
申込み：不要（ご家族やお友だち、ご近所さんと一緒にどうぞ😊）

その他：入浴は出来ません。ご不明な点は夢の森まで 電話36-3112



🐟 毎週火曜日は夢の森でお買い物 🍎

毎週火曜日午前10時40分頃、夢の森に生協移動販売車が来ます。お店と同じ値段で購入でき、欲しい商品があれば次回持って来てくれるので、とっても便利です！



📅 今後の予定 （詳細は後日チラシを配布。お楽しみに！）

第2回 9月16日(火)午前9:30～ 血管年齢測定、茶話会など

第3回 12月2日(火)午前9:30～ そば会など

「熱塩加納地区生活支援支え合い会議」（愛称：おたがいさま広場）は、誰もが住み慣れた地域で気軽に声をかけあい、相談できる人が身近にいる地域を目指し活動しています。

