



新しい生活様式に配慮した
「つどいの場」です

体験大歓迎
お気軽に

ご利用条件

- 市内に居住で65歳以上の方。
- 介護保険のサービスを使っても OK です。
(ただし、個別ケアなどの対応はできません)
- 「送迎」と「入浴」はありません。
- ご自身で、来て帰ることができる人。

いきいきサロンの一日 〈午前〉と〈午後〉の
《どちらか》

2020年度は

午前の部 10時→12時

午後の部 13時➡15時

- 健康体操●レクリエーション●和みの時間



通常メニュー
レクリエーション

★内容は参加者の皆さんと一緒に決めます

- 健康づくり
- 認知症予防活動
- 趣味活動
- 地域交流



介護予防 強化メニュー
介護予防講座

★原則月 1 回実施しています

- 専門家をお招きして
介護予防に関する
テーマについて
取り組みます。



※2020年度は10月からの予定

高齡者生協 いきいきサロン ほんのぼの9丁目

毎週 木曜日

午前の部	10時~12時
午後の部	13時~15時

会場 若松地域福祉センター
若松町 8-2-11

参加費
200円

ご相談・お申込みは、
お住まい地域の

あんしんすこやかセンターまで



お問い合わせ 兵庫県高齢者生活協同組合 〒653-0037 神戸市長田区大橋町 9-4-6 ☎ 080-3131-5165 (伊藤) 090-4644-3742 (岩瀬)

