

令和8年度

# 『いきいき元気クラブ』

## ✧ 参加者募集 ✧

こんな方におすすめです✧

- 「家の中で過ごすことが増えてきた」
- 「物忘れが多くなった」



### 内 容

運動（ストレッチ、軽体操）  
創作活動、脳トレなど



### 対象者

65歳以上で、**閉じこもりがちの方や物忘れが気になる方**  
（各会場先着20名）  
※介護認定を受けている場合は要支援1、2の方

### 開催日時

5月～3月まで月2回開催（全22回）  
午前10時から正午まで（昼食は出ません）

### 会 場

大内まちづくりセンター（金山・大内・小斎地区の方）  
保健センター（丸森・舘矢間・大張・耕野・筆甫地区の方）

### 利用料金

500円程度

### 申込方法

電話にてお申込みください

### 送迎について

希望される方は、お申込み時に御相談ください。状況によりましては、御希望に沿えない場合がございます。御了承いただきますようお願いいたします。

申込期間：4月2日（木）～10日（金）

≪お申込み・お問い合わせ先≫

保健福祉課地域包括支援班 TEL 72-3023