

主催：西町連合町内会福祉部
西町地区福祉のまち推進センター

平成 22年度（前期）

健康サロン“和み”^{なご}のご案内

参加者募集＝無料＝是非参加してみてください！

今の健康を維持し、いつまでもこの地域で元気に暮らしていくための秘訣が、わかるサロンです。

おおむね60才以上の健康に関心のある方等どなたでも参加できます。一人でも多くの方にご参加いただきたく、歩いて参加できる身近な場所（8会館）で行います。

どこの会場も内容はほぼ同じですが、何ヶ所への参加もできます。お茶タイムあり、楽しいレクリエーションあり、地域にお住まいの方と一緒に楽しく、有意義なひと時を過ごしませんか？

※申込はいりません。「ちょっとのぞいてみようかな？」と気楽にいらしてください！

《内 容》

- ◎ 楽しく体をうごかそう（介護予防センター西町）
- ◎ 身近な健康のお話を聞こう（第2地域包括支援センター）
- ◎ 皆さんでレクリエーション
- ◎ お茶タイム



*お茶の時間には皆さんの健康・生活相談にも気軽に応じてくれます。

※講師陣は専門機関の担当職員の方にお越しいただきます。

※詳しい日程・開催場所については別紙・日程表をご参照ください。

お問合せは、

西町地区福祉のまち推進センター 事務所 “和み”

☎・Fax 662-3724

（上記☎が不通の場合は、西町まちづくりセンター 661-2591へ）

☆ 健康サロン “和 み” (前期) 日程表

日程	開催場所	電話
6月3日(木) 10時～12時	宮の沢中央会館 (宮の沢1条5丁目6-27)	663-8539
6月8日(火) 13時～15時	手稲記念館 (西町南21丁目3-10)	661-1017
6月10日(木) 10時～12時	西町会館 (西町南9丁目2-2)	663-6171
6月12日(土) 10時～12時	雇用促進住宅手稲宿舍集会所 (宮の沢3条3丁目19)	山下 662-1462
6月17日(木) 13時～15時	西野中央会館 (西野3条8丁目6-5)	665-0034
6月22日(火) 13時30分～ 15時30分	ちえりあ(中研修室 1) (宮の沢1条1丁目1-10)	671-2200
6月24日(木) 10時～12時	宮の沢会館 (宮の沢2条5丁目1-28)	661-6796
7月1日(木) 10時～12時	西野福祉会館 (西野3条2丁目4-12)	661-9709

西町地区福祉のまち推進センター ^{なご} [和 み]からののお知らせ

- 【開所日】 月曜日 — おしゃべり・相談日(電話でも可)
 水曜日 — サロンの日 《みんなで楽しく遊びましょう》
 ※毎月第1水曜日は、男性の集いの日
 《囲碁、将棋・・・なども揃えてあります》
 金曜日 — おしゃべり・相談日(電話でも可)
 (祝祭日、年末年始、お盆はお休み)

【時間】 午前10時～午後2時
 【場所】 西区西町北7丁目1-1

JRバス 西町北7丁目下車 徒歩1分
 地下鉄 発寒南駅下車 徒歩5分

