

住み慣れた地域でいつまでも元気に！

令和7年8月8日（金）

すこやか倶楽部

開催のお知らせ

参加費
無料

毎月第2金・第4月曜日

13:30 ▶ 15:00

会場 拓北・あいの里地区センター2階

〒002-8071 北区あいの里1条6丁目1-1



✓ [健康長寿の王道～食に関わって～]

前 北海道教育大学 教授・PhD

ささき たねのり

佐々木 胤則 先生 をお招きしております。



✓ [茶話会]

久しぶりに、みなさんで集まって
ゆっくりおしゃべりを楽しみませんか？

お問合せ

介護予防センター茨戸 なかむら・かしわや

☎ 011-773-6110

受付時間：平日9:00～17:00