

「前田のお元気さん」をめざしましょう！

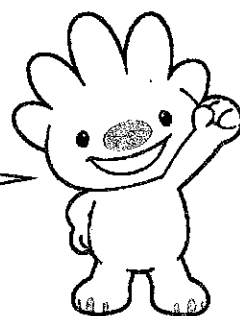
# 健康づくりとおしゃべりのつどい

| 日程                                 | 内 容                                            |
|------------------------------------|------------------------------------------------|
| 令和 8 年 8 月 6 日(木)<br>10:00～11:30   | ①体操<br>②災害の備え、どうしてる？                           |
| 令和 8 年 10 月 21 日(水)<br>10:00～11:30 | ①体操<br>②人生会議って知っていますか？<br>～自分らしく生きるために準備できること～ |
| 令和 8 年 12 月 23 日(水)<br>10:00～11:30 | ①ボッチャ大会<br>②茶話会(フリートーク)                        |
| 令和 9 年 2 月 1 日(月)<br>10:00～11:30   | ①体操<br>②自分の健康をチェック！(測定会)<br>③私が健康のために気を付けていること |

会場は前田会館 1 階(前田 6 条 11 丁目2-1)で行います。

参加費無料、お申込み不要です。

皆様のご参加、お待ちしております！



©TEINE WARD SAPPORO

○お問い合わせ先○

前田地区福祉のまち推進センター(TEL:695-9512)

※月曜日～金曜日(土日祝除く)、10:00～12:00