



扇台高齢者地域サロンおうぎ

8月・9月のお知らせ

扇台校下にお住いの
65歳以上の方が対象です

雨上がりの緑がまぶしい季節になりました。梅雨明けもそろそろでしょうか。6月第2週のサロンは人気の「リズムダンス」でした。手話を交えながらリズムに乗って体を動かすのは楽しかったですね。

日時・場所	内容	備考
8月6日(木) 10:00~11:30 額新町集会所 ホール	スカットボール "ホールインワンを目指して、 思い切り遊んでみませんか？"	受付：7月23日(木)より 定員：20名(先着) 持ち物：汗拭きタオル・飲み物 内履きシューズ 動きやすい服装で!!
8月27日(木) 10:00~11:30 額新町集会所 ホール	私の健康すまいる講座① すごいぞ血管 ～血管を守るためにできること～ 講話：もの忘れについて 講師：金沢市福祉健康センター総務課職員	当日参加 (次回開催日：10月22日(木)) 内容：血管を守る食事と運動
9月3日(木) 8:30~11:30 (集合時間) 8:20 高尾中央公園 雨天の場合 17日(木)	グラウンドゴルフ ～暑さに負けないで プレーしましょう～ (用具の貸出しあります)	当日参加 持ち物：汗拭きタオル・飲み物 帽子 【駐車場】 ハロー
9月10日(木) 10:00~11:30 額新町集会所 ホール	リズムダンス ～楽しくリフレッシュしましょう～ 講師：安地 京子 氏	当日参加 持ち物：汗拭きタオル・飲み物 内履きシューズ 動きやすい服装で!!
9月24日(木) 10:00~11:30 額新保1丁目会館	扇台ふれあいサロン 「太極拳」 ～普段使わない筋力を すっきり伸ばしましょう～ 講師：北 真知子 氏 ＜まちぐるみ福祉活動推進員会合同＞	当日参加 持ち物：汗拭きタオル・飲み物 内履きシューズ 動きやすい服装で!!

※講師の都合により予定が変更になる場合があります。
ご理解、ご協力お願いいたします。

地域サロン運営委員会（額新町集会所内）
☎296-0606
事務局 9:00～15:00（月～金）

