

元気な体を維持する生活

～身近な集まりの場～

認知症を予防し、症状を進めないため、趣味や軽体操、楽しい行事などを行います。

＝問い合わせ先:大和蒲町地域包括支援センター＝

*** 地域のサロン、老人クラブなどの集まりの会**

大和地区	尼寺東いきいきサロン	軽運動、歌、健康の話	⑳尼寺東集会所
	大和健康サロン	軽運動	⑰大和コミュニティセンター
	大和千福会(老人会)	行事、コーラス、踊り	㉑大和町内会集会所
中倉地区	中倉体操サロン	軽運動	㉒中倉市営住宅集会室
	中倉みずほ会 (老人会)	ウォーキング、カラオケ、 日本舞踊、水墨画、ストレッチ	㉓大和中倉町内会館
	中倉悠々クラブ (老人会)	ダーツ、軽運動、食事会	㉔尼坪西町内会館
大和 5 丁目 地区	大和 5 丁目いきいきサロ ン	軽運動、歌	㉕大和 5 丁目町内会館
	大和会サロン	軽運動、折り紙、歌	㉖大和市営住宅集会室
	若葉会(老人クラブ)	軽運動、健康講話	㉗大和 5 丁目町内会館
蒲町・かすみ 町地区	蒲町ほのぼのサロン	軽運動、ゲーム	㉘蒲町公会堂
	元気体操サークル	軽運動	⑱蒲町コミュニティセンター
	かすみ町福寿会 (老人会)	麻雀会	㉙中部集会所 ㉚門田集会所
		ゆうゆう、女性の会	㉛中部集会所
荒井西地区	ちよっとお茶っこサロン:	歌、軽運動、脳トレ	㉜庄子千枝子 宅
	にじいろ運動サロン	軽運動	㉝荒井西集会所
霞目地区	サロンなごみ	軽運動、脳トレ	㉞霞目公会堂
	霞目長寿会 (老人会)	軽運動、脳トレ、歌、健康 講話	㉟霞目公会堂
伊在	伊在豊齢会 (老人会)	行事など	㊱伊在公会堂

*** 介護予防教室:運動や健康講話を各地区でおこないます。**

(主催:大和蒲町地域包括支援センター)

町内会に包括だよりや、介護予防教室のチラシを回覧し、お知らせします。

元気な体を維持する生活