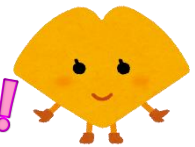




# こんにちは！

# 花田・城山地域包括支援センターです！



令和4年10月発行

地域包括支援センターとは高齢者のみなさんが安心して、住み慣れた地域で暮らせるように支援している介護・福祉の総合相談窓口で、姫路市から委託を受けている公的機関です。



## 令和4年度介護予防教室ご案内



### 花田公民館（10:00～11:30）

### 谷内公民館（10:00～11:30）

11月15日(火) 転倒予防について

2月24日(金) 転倒予防について

1月17日(火) 病気と薬について

- 申し込みは必要ありません。参加費は無料です。
- 水分補給が出来るように飲み物をお持ち下さい。
- 検温、マスク着用の上ご参加下さい。
- 諸事情により、中止・延期の場合があります。

たくさんのご参加お待ちしております。  
お誘いあわせの上、お気軽にお越しください♪



## いきいき百歳体操紹介

### 谷外校区

### 佐良和公民館

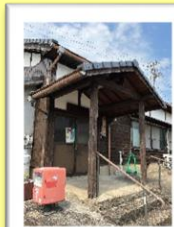
平成27年4月活動開始  
毎週金曜日9時30分～



約2年ぶりに再開されました。  
大きな会場で気持ちよく体操  
されています♪

### 谷外校区 塩崎公民館

平成27年11月活動開始  
毎週金曜日14:00～



レトロで素敵な公民館です。体操後  
のおしゃべりも盛り上がり、良い集い  
の場になっています☆



まだまだ

# いきいき百歳体操紹介



コロナ禍でなかなか社会活動を行うのが大変な中ですが、このたび新たに2つのグループが誕生しました！！これから頑張っていきましょう！！

花田校区  
小川福社会館  
令和4年6月活動開始  
毎週火曜日 13:00～



体操を通じて楽しい通いの場を作っておられます。体操後におしゃべりや DVD 鑑賞を楽しまれています♪

谷外校区  
志吹集会所  
令和4年7月活動開始  
第1・3水曜日 10:00～



たくさんの方が集会所に集まり体操をされています。いずれ回数も増やしたいと言われています☆



私たち花田・城山地域包括支援センターは、「花田」「谷外」「谷内」の3小学校区を担当しています。地域の集まりにも積極的に出向きます。お気軽にお電話ください。

花田・城山地域包括支援センター 姫路市花田町加納原田155  
Tel:079-253-8178

※姫路市より受託し、社会福祉法人本覚寺苑が運営しています。