

こうれいしゃこうりゆうじぎょう
高齢者交流事業



ひ とも
陽だまりいい靫

とも
靫コミュニティセンターでは、

まいつきだい すいようび
毎月第2水曜日10:00~11:30まで

こうれいしゃ こうりゆう ば ひ とも ひら
高齢者の交流の場として【陽だまりいい靫】を開いています。

☆☆☆ 7月予定 ☆☆☆

けっかんねんれい
血管年齢について

けっかんねんれい さ ほうほう せいかつしゅうかん はなし
血管年齢を下げる方法や、生活習慣についてのお話です。

げんき わかわか す
いつまでも元気に、若々しく過ごしましょう。

にち じ : 2026年 7月8日 (水)
10:00~

ば しょ : とも
場 所 : 靫コミュニティセンター

こう じ : ほうかつしえん みのみ しょくいん
講 師 : 包括支援センター水呑の職員

といあわ さき
問合せ先

とも
靫コミュニティセンター ☎ 982-1882

やまて
(山手コミュニティセンターへつながることもあります)