

回 覧

健康ポイント対象事業

町民の皆さまへ

令和元年12月26日

〈最上町高齢者総合福祉センター指定管理者〉
最上町社会福祉協議会



福祉センターを利用して元気になろう



「体力づくり DE ぽかぽか♨️サロン」No.2

いつも最上町高齢者総合福祉センターをご利用いただき、ありがとうございます。

9月より福祉センター「大浴場・大広間セット（510円）」をご利用の方々を対象に福祉センター大広間を会場に「体力づくり DE ぽかぽか♨️サロン」を開催して毎回、楽しく行っています。

看護師による血圧測定と大広間で出来る簡単な運動（健康体操など）を行い温泉に入って寒さに負けない、ぽかぽか健康な体をつくりましょう。

当日このサロンに参加された方には「健康ポイント1ポイント」をさしあげます。皆さんの参加をお待ちしています。



- 開催日
- ① 令和2年 1月24日（金）
 - ② 令和2年 2月21日（金）
 - ③ 令和2年 3月27日（金）



日 程 午前10:30～大広間にて受付 10:40～血圧測定 11:00～健康体操
尚、サロン参加者は入浴大広間セット（510円）を券売機にて購入していただきます

令和2年4月以降の日程については、次回お知らせいたします

お問い合わせ先 最上町社会福祉協議会 電話 43-3180

