



長く暑～い夏がようやく終わり、気持ちのいい秋の日が続いていますね。こちら「生きがいサロン」のお部屋は、ご利用者の元気な笑い声でいっぱいです。お友達とおしゃべりして大笑いしたり、ランチを楽しんだり、のんびりお風呂につかったり、、、笑顔あふれる時間を一緒にしませんか♪

## ♪長野原町生きがいサロン♪活動のご紹介

あなたも遊びにきてみませんか♪



送迎

ご自宅まで車で送迎します！



運動

いつまでも元気に歩きたい！毎回本格的な筋トレ体操を行っています。



ランチ

おしゃべりしながらのランチタイム♪お弁当も注文できます。



お買物

にゃがのはら号がくる！毎週火・金は移動販売車でショッピングできます。



レクリエーション

一緒に歌って♪一緒に笑って！カラオケで心も体もお元気に♪



入浴

ひろびろ自慢のお風呂をご利用いただけます。心も体もポッカポカ♫

## ♪長野原町生きがいサロン♪参加者募集中です！

体を動かしたいな… 最近、人と会ってないな… 友達がほしい！

生きがいサロンって  
どんなところ？

仲間と一緒に  
動いて！笑って♪  
健康長寿をめざす  
集いの場です！

何をしているの？

- 仲間との交流、おしゃべり
- 筋肉トレーニング運動
- レクリエーション：創作活動や脳トレ、ゲーム、カラオケなど
- 健康チェック（血圧測定など）
- 入浴、ランチタイム、お買物、お誕生日会 etc.

どんな人が  
参加できるの？

長野原町にお住まいの、  
65歳以上で、要介護でない方  
ならどなたでも！

お試し参加、見学できます！  
お問い合わせください♪

- 場所：長野原町老人福祉センター（与喜屋 1624 番地）
- 利用回数：週 1～2 回（火～金）  
※地区ごとに曜日が決まっています
- 時間：10 時～14 時
- 費用：参加費 500 円、お弁当（希望者） 500 円

問い合わせはどこへ？

長野原町社会福祉協議会まで♪  
☎電話 82-4487  
お気軽にご連絡ください（▽）/