令和8年11月11日配布

白沢地域包括支援センターからのお知らせ

チルコロカフェ

・楽しくおしゃべりできるカフェコーナー
・将来にそなえるワンポイント講座
・足腰年齢が分かる体力測定

令和8年11月27日(金)
長屋分館で開催します
時間：10時～11時45分

ワンポイント講座は『自宅でできる健康体操』





第14回 健康寿命をのばそう! AWARD 優良賞

今後のチルコロカフェの予定

稲沢分館 12月24日(木)	松沢分館　1月22日(金)
白岩分館　2月26日(金)	糠沢分館　3月12日(金)

送迎もできます！前日までにご連絡ください♪

白沢地域包括支援センター☎0243-24-5131

協力：本宮市高齢福祉課、社会福祉法人安積福祉会