

伊是名村一般介護予防事業 「願寿サロン公民館事業」について

願寿サロンとは…

地域で身近な公民館をつどいの場として、運動やレクリエーション・趣味・予防活動を通じて高齢者の生きがいを高めることで、孤立感や引きこもりの解消を図るとともに、心身機能低下を予防することを目的とします。



対象者

伊是名村に居住する65歳以上の高齢者なら、どなたでもご参加いただけます。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内花	伊是名	勢理客	仲田	諸見

時間は朝10時～12時まで。

ご希望の方にはお昼ご飯(350円)も提供しています。

予約制となっておりますので、ご希望の方はお早めにご連絡をお願いします。

活動の流れ

朝10時までに公民館へ！



基本は歩いて公民館へお越し下さい。

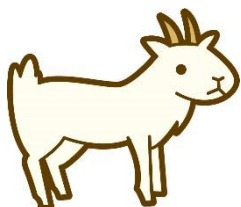
～活動内容～

- 運動教室
- 脳トレ
- スポレク
- 塗り絵
- 島巡り
- 書道



みんなで、

ちゃ～がんにゅう伊是名村を
目指しましょう！



継続は力なり！

