

プレ開催

平城

# 元気

地域のふれあいの場

## サロン

生き生きとした暮らし

令和6年 **1-3**月

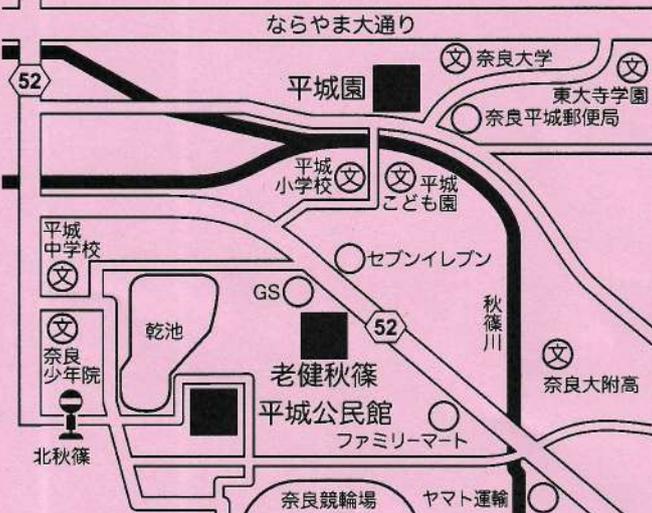
毎週 **木** 曜日

**10:00~11:30**

**お申し込み不要**

好評につき、月1回から毎週木曜日の開催になり開催場所も3カ所に増え、より身近になりました。ぜひ皆さまお気軽にお越し下さい。

※サロンの内容については、各所にお問い合わせください。



※2週目のミック登美ヶ丘は、平城公民館で行います。

第1週 1/11・2/1・3/7

50歳以上対象

平城公民館

※1月は第2週目に開催します

〒631-0811 奈良市秋篠町 1468 番地

参加費 ¥100

健康体操・口腔体操など

健康増進ポイント 50

講師：奈良市健康習慣作り推進委員

主催：平城地区社会福祉協議会・平城公民館

お問い合わせ：0742-48-3578

第2週 2/8・3/14

65歳以上対象

平城公民館

〒631-0811 奈良市秋篠町 1468 番地

音楽療法・脳トレなど

共催：多機能複合型介護施設ミック登美ヶ丘

お問い合わせ：0742-40-2350 (吉田)

第3週 1/18・2/15・3/21

65歳以上対象

特別養護老人ホーム 平城園

〒631-0811 奈良市秋篠町 1567 番地

介護予防講座など

共催：特別養護老人ホーム平城園

お問い合わせ：0742-45-9588 (今井・横田)

第4週 1/25・2/22・3/28

65歳以上対象

介護老人保健施設 秋篠

〒631-0811 奈良市秋篠町 1432-1

健康体操・介護予防など

共催：介護老人保健施設秋篠

お問い合わせ：0742-53-3001 (中村)

主催：平城地区社会福祉協議会