



4月の予定



(社協吉和事務所の関係機関などの予定も掲載しています)

4月2、9、16、23、30日(火) 10時～11時	いきいきサロン/百歳体操(すこやかプラザ)
4月2、9、16、23、30日(火) 10時～午後3時	すこやかサロン(すこやかプラザ)
4月4、11、18、25(木) 9時～終了まで	福寿会/グラウンド・ゴルフ(潮原第一集会所)
4月5、19日(金) 1時30分～3時	健康体操(すこやかプラザ)
4月5、12、19、26日(金) 1時～5時	囲碁のつどい(すこやかプラザ)
4月1、8、15、22日(月) 1時30分～3時30分	カラオケサロン(すこやかプラザ)
4月8、22日(月) 1時～4時	心配ごと相談所(すこやかプラザ)
5月7日(火) 10時～11時	いきいきサロン/百歳体操(すこやかプラザ)
5月10日(金) 1時30分～3時	健康体操(すこやかプラザ)
5月10日(金) 1時～5時	囲碁のつどい(すこやかプラザ)
5月13日(月) 1時30分～3時30分	カラオケサロン(すこやかプラザ)

「ぬくもり」の記事に関するお問い合わせ、お申込みは「社協吉和事務所 TEL 77-2883」まで

【一般寄付】
匿名
二件

ご寄附ありがとうございました
2月23日～3月25日受付分
吉和地域の福祉活動等に
活用させていただきます

いきいきサロン/百歳体操に参加しませんか？

いきいき百歳体操は、高知市で始まった体操でおもりを使った筋力体操です。椅子に座ったままの体操が多く、DVDを見ながら約30分行います。続けていくと筋力がつき動くことが楽になります。

廿日市市でも多くのサロンで実施されていますが、吉和地域では、毎週火曜日に吉和福祉センターで実施しています。自分のペースで無理なく続けることができますので、ぜひ一度参加してみてください。



日時：毎週火曜日 10時から

場所：吉和福祉センター

※どなたでも参加いただけます。(無料)



令和6年度職員体制のお知らせ

吉和事務所は令和6年度も同じ体制(所長 齋藤 勝也、栗栖 和恵、小田 淳子)で運営してまいります。

引き続き、宜しくお願いいたします。



ぬくもりは、皆さんからの寄付金・赤い羽根共同募金配分金により作成されています。

