

香北町



＊ お茶会 ＊

集落活動センター美良布 交流スペース

毎週月曜日 10:00～11:30

みんなで、のんびりおしゃべりや体操を行い、お買い物にも出かけています。送迎にお困りの方はご相談ください。

7月24日と12月25日には山田までお買い物に行く予定です。単発参加もOKです。

貸出ポールあり **ポールウォーキングステーション** (自主) 保健福祉センター香北

毎週火曜日 夏季：9:30～10:30
冬季：10:00～11:00

雨天時や8月は夏季時間で熱中症に気をつけるため
保健福祉センター内で体操を行っています。
体操だけの参加も可能です。

先生指導日
4/18(火) 10:00～11:00
歩ける体作り
ポール使いません

◇ ポッチャ教室 ◇ 基幹集落センター2階大ホール

毎月第2・4水曜日
10:00～11:00

先生指導日
R5 7/25(火)
10:00～11:00

9/26
交流試合
開催

◇ 体操教室 ◇ 基幹集落センター2階大ホール

毎週木曜日 10:00～11:00

お楽しみ体操教室や、出前講座、リズム体操を予定しています。脳トレも実施。



先生指導日
5/25 6/29 1/13 9/28 11/30 12/21
R6年1/25 3/14 3/9 (木曜日) 10:00～11:00

声ともだち (見守り電話サービス)
保健福祉センター香北

ゆずまるももにゃんとなりぐみ
私たちが「なんでも聴きます」

毎週 火・水・木曜日 午前中
順次お電話いたします。

お一人暮らしで不安な方や親御さんが心配な方いませんか？安否確認を兼ねた見守り電話サービスです。曜日にご相談ください。

どんな内容でもかまいません。
お電話でもご来館でも。
お待ちしております。

香美市社会福祉協議会 香北支所
TEL 59-2140 才木(さいき)