## いつまでも元気に暮らしたい・・・

## 参加者募集!

## 「いきいきデイクラブ」に参加しませんか!

おしゃべりしながら

笑って楽しく

一日、過ごしましょう!!

【対象者】65歳以上の「元気な方」

【回数】月1回程度

現在、コロナ感染症 予防対策のため

おもな一日の日程(10時~15時)



9時~ 〒0-0

自宅近くまでバスでお迎え

10時 会場に到着。お茶を飲みながら、みんなでおしゃべりします。

「教養講座」など(健康音楽教室、ひょうたんランプ制作、 10時30分~

自由書、つぼ講話、オカリナ鑑賞など)で楽しく過ごします

12時

【昼食】「お弁当」がでます。

★昼食後は、「入浴」や「おしゃべり」「お昼寝」など 自由にくつろぎます。

13時30分~ ゲームや軽体操など、

みんなで楽しく過ごします。

バスに乗り、自宅近くまでお送りします。 15時



場所は?曜日は?(10箇所)\*住所により決定します。

●中央老人福祉センター 月・水・金

火・木

●日和田地域交流センター

水・木

●サニーランド湖南

●逢瀬荘

水・木・金

●西田地域交流センター

木・金 火 (A·B)

●三穂田地域交流センター

水 (A · B)

●喜久田ふれあいセンター ●老人福祉センター寿楽荘

火•水•木•金

●中田地域交流センター

木・金

●田村地域交流センター

何人くらい利用しているの? 1回、約5~10人の方が利用しています。

料金は?

一回 900円(バス送迎・お弁当・入浴込)

現在、コロナ感染症予防 対策のため制限あり

利用申込問い合わせ 郡山市地域包括ケア推進課 電話 924-3561