

# 竜門校区コミュニティ協議会 会報「1」

参加費無料

健康づくり・介護予防・地域づくり “健康寿命を延ばそう”

## 『竜門校区 わくわくサロン』 5/24から 始まります！

住み慣れた地域で、家族や近所の方々に囲まれ、いつまでも元気ではつらつと毎日を過ごしたいというのはみんなの願いです。

『竜門校区 わくわくサロン』では、誰でもできる運動やレクリエーションで体を動かしながら大いに笑い、声を出し、地域の方々と交流を深め、若さアップを図ります。転倒予防、閉じこもり予防、認知症予防などにより、これからの人生をますます元気はつらつに過ごすために、地域の皆さんと一緒に『竜門校区 わくわくサロン』を盛り上げていきましょう。どなたでも参加できます！

- 日にち : 毎週火曜日 (初回は5月24日です)  
時間 : 9:30~11:00  
場所 : 竜門校区公民館(旧中学校跡)  
内容 : 健康体操  
楽しいレクリエーション  
対象 : 竜門校区にお住まいのかた  
参加費 : 無 料

毎週火曜日は  
♪わくわく



竜門校区コミュニティ協議会

始良市加治木町小山田1363番地  
TEL (0995)73-7141