

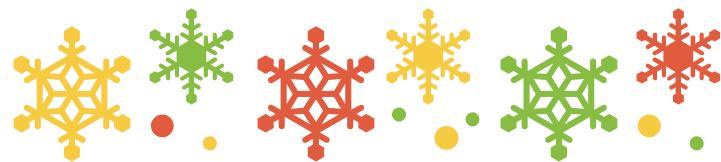


まるっと

お

ちや

っこ会



長袖が必要な季節になってきましたね。みなさん、お変わりないでしょうか。よかったらぜひ一緒にお話ししましょう。

最近の楽しかったこと、大雨の被害のこと、生活の中のお困りごとなど。お茶とおやつを用意してお待ちしています。よければおともだちも一緒にご参加ください。常連さんも、はじめましての方も、お久しぶりの方もお待ちしております！どなたでもお気軽にどうぞ♪いーぱるは毎月第3火曜日開催です！



【場所】 東部市民サービスセンター
いーぱる (広面字釣瓶町 13-3)

※11/19はいつもと時間が違います！お間違えの無いよう、お気をつけください！

【時間】 11/19 (火) 14:00 ~ 16:00
12/17 (火) 13:00 ~ 15:00



11/
(火) 19

健康体操

(ウェルカム百歳 林律子さん)

明るく、楽しく、いきいきと暮らすために、無理のない体と脳の体操などを楽しみましょう！30分程度です♪



12/
(火) 17

ハンドマッサージ

(日本保健福祉ネイリスト協会 / 秋田県大仙校 松本理絵さん)

福祉ネイリストによるハンドマッサージで、日頃の疲れをいやしてください！

福祉ネイリストとは？

ネイルの力で“癒し・元気・希望”を感じてもらい、たくさんの笑顔をお届けすることを目的としたネイリストのことを言います。



【共催】 秋田市地域支え合いセンター、秋田市社会福祉協議会

【協力】 秋田まるっと会議、秋田市復興支援チーム、広面地区民生委員児童委員協議会、広面地区社会福祉協議会、広面地域包括支援センター、ウェルカム百歳 (11/19)、一般社団法人日本保健福祉ネイリスト協会秋田県大仙校 (12/17)、秋田災害支援プロジェクトalecole

【問い合わせ】 秋田市地域支え合いセンター(秋田市社会福祉協議会) 018-895-5033