

# 元気いきいきサロン

毎日楽しく  
元気に過ごすために  
介護予防を始めて  
みませんか？



| 日時                            | 内容                      | 講師                              |
|-------------------------------|-------------------------|---------------------------------|
| 5月20日(月)<br>13:30-15:00       | 知っておこう！<br>口から食べることの大切さ | 土谷訪問看護ステーション佐伯<br>言語聴覚士 河人 壽子先生 |
| 6月17日(月)<br>13:30-15:00       | 唄と健康のギター漫談              | 作詞作曲実演職人<br>風呂 哲州先生             |
| 7月22日(月)<br>13:30-15:00       | 足腰きたえて毎日元氣！！            | 土谷訪問看護ステーション佐伯<br>作業療法士 仲山 大輔先生 |
| 9月9日(月)<br>13:30-15:00        | 看取りについて考えよう             | 広島赤十字・原爆病院                      |
| 10月21日(月)<br>13:30-15:00      | くらしサポートセンターって何？         | 広島市くらしサポートセンター                  |
| 11月18日(月)<br>13:30-15:00      | 予防しよう！骨粗しょう症            | オールラボ YMFGオールヘルスケアタウン店<br>管理栄養士 |
| R7<br>1月20日(月)<br>13:30-15:00 | 認知症サポーター養成講座            | 緑が和<br>藤原 欣樹アドバイザー              |

**高齢者いきいき活動ポイント対象です ポイント手帳をご持参ください**

(時間) 13:30～15:00

(会場) 五日市公民館 1階 大集会室

(対象者) おおむね65歳以上の高齢者

(申込み) 各講座事前申込み要 五日市地域包括支援センターまでご連絡ください

(参加費) 無料

(定員) 各講座 30名程度

【申込み・問い合わせ】

広島市五日市地域包括支援センター ☎082-924-0053

**受付** 平日(月曜日～金曜日) 9:00～17:00

- ◇主催 広島市五日市地域包括支援センター
- ◇共催 五日市学区社会福祉協議会 五日市学区町内会連合会  
五日市学区民生委員児童委員協議会  
五日市学区シニアクラブ連合会 五日市公民館

