

# 高齢者いきいきポイント手帳を持って参加しよう！

～広瀬地区で65歳以上のすべての人が利用できる通いの場♪～

地域高齢者交流サロン  
～地区住民交流～

「ひろせ健康サロン」  
毎月第1水曜日  
10～11時半  
広瀬集会所  
無料

主催：ボランティアひろせ  
後援：幟町地域包括支援センター

～認知症予防・相談～

「広瀬の杜カフェ」  
毎月第2木曜日  
14～15時  
広瀬神社  
¥100

主催：十日市民児協  
広瀬地区社協  
後援：幟町地域包括支援センター



介護予防拠点  
～重りを使った体操で  
筋力増強・健康増進～

「うつくしの杜 百歳体操」  
毎週金曜日 10～11時  
広瀬神社  
¥100

「よつば百歳体操」  
毎週水曜日 14～15時  
よつばセンター 4階  
¥100

主催：地区代表  
後援：幟町地域包括支援センター

広島市高齢者地域支え合い事業  
～おおむね65歳以上の方の見守り活動～

## 「広瀬 絆の会」

見守り希望の方へ、知人や地区ボランティアが声かけ等の交流をします。  
見守り活動は随時、無料。見守り活動実施者にポイント付与有。

運営：広瀬地区社協・幟町地域包括支援センター・広島市



お問い合わせ：広島市幟町地域包括支援センター  
中区東白島町13-26 ☎222-6608