

絵手紙を描いてみませんか 参加者募集

日時 8月18日(月)10時～ ※予約不要

対象者 町内在住の65歳以上 介護の必要でない方
道具は不要です 初めての方も大丈夫です!

フレイル予防 健康講座

日時 8月27日(水)10時～11時

対象者 町内在住の65歳以上 介護の必要でない方
・握力測定 ・軽い運動・栄養の話 他

参加費 無料 ※要予約 お電話にて

持ち物 お茶 動きやすい服装でお越しください

初めてのストレッチ 参加者追加募集(若干名)

毎月第1～3水曜日 10時～11時

対象者 町内在住の65歳以上 介護の必要でない方

参加費 500円(毎回 当日お支払い) ※要予約

持ち物 水分 タオル バスタオル

囲碁 参加者募集中

毎週月・水曜10時～開催中

対象者 町内在住の65歳以上
介護の必要でない方



喫茶サロンのご案内

毎週 月～金曜(祝日休)

9時30分～12時

協力金…100円

コーヒー(紅茶)
おつまみ付



夏季休館のお知らせ 8月9日(土)～14日(木)

あっと訪夢 御嵩町伏見800-2

問合せ先 67-1488

利用時間 9:00～16:00(土日祝日は閉館)