



介護予防のためのサロン

☆主催・高齢社会をよくする下関女性の会（ホーモイ） 代表 田中隆子

..... 2011年4月2日 サロンレポート

待ちに待った春の到来！体育館の窓越しには淡く美しい桜の花が咲き始めていました。大震災に見舞われた東北の方達のうえにも「暖かい春」は必ずやってきます。いつも通りの生活が出来る事に感謝し、“今、自分たちが出来ること”を深く考え復興への支援をしていきましょう。急ごしらえの義援金箱には沢山のご厚意が寄せられました。ありがとうございました。（参加総数 74名）

今年のさくら



健康講話

～在宅介護支援センター～

済生会下関総合病院 看護師・ケアマネ 松岡さんのお話
在宅介護支援センターは老人福祉法に基づく福祉施設に併設され、在宅の高齢者やその家族に対して様々な相談にのったり福祉サービスの申請手続きの受付、代行を行うところです。家庭訪問される介護支援センターの人の話や市報などから情報を得て、不安のない生活を送りましょう。

福井先生のリズム体操



鍵村先生と内田さんの指導
体のバランスと

指圧のつぼ



部屋中に春が！ フラワーアレンジメント



皆が楽しめた
フラワーアレンジ



指導は花童さん

..... 次回サロンのご案内

と き・・・2011年5月7日（土） 10時～14時

ところ・・・下関市立大学体育館（上履き持参）

要予約・・・参加費1000円（弁当代含む）

★申し込み・・・Tel/Fax 083-252-1042

サロン担当 土井恒子

当日メニュー

★リズム体操 ★健康講話

★筋力トレーニング

★昼食

★アカペラコーラス（コール・セシリア）