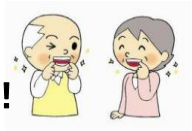
札幌市介護予防事業

5月 すこやか倶楽部

※６５歳以上で月寒地区にお住まいの方どなたでもどの会場への参加も可能です

会　場　名	開　催　日　時	実　施　内　容
あやめ野小学校 ２階会議室 月寒東１条１１丁目	**５月１０日（水）** １０：００～１１：００頃 ※曜日にご注意ください	**「お口の健康講座」** お口の健康・・・ まさに「健口」です！ 
月寒東会館 月寒東３条５丁目	**５月１５日（月）** １０：３０～１１：３０	**「異世代交流会」** 恒例の交流会です。 おみやげもあります
月寒五区会館 月寒東１条10丁目	**５月２５日（木）** １０：３０～１１：３０ ※曜日にご注意下さい	**「二胡の調べ」** 中国由来の楽器に 出会ってみませんか
幸栄の里 会議室 月寒西２条５丁目2-1	**５月３１日（水）** １０：３０～１１：００	**「健康いす体操」** おなじみの運動します！
UR西月寒集会所 月寒西４条９丁目	**５月１８日（木）** １３：３０～１４：３０	**「上手に食べて体を動かし元気に長生き」** 食･運動･健康のお話 試食会も実施！

※申し込が必要な場合は必ずご連絡下さい

詳しくは**「介護予防センター月寒　☎８５７－６１１０」まで**