



3月になり春めいてきました♪桜のつぼみももうすぐ花咲かせようとウキウキしています♪  
 初めの一步を踏み出せるこの時期に「いきいき元気教室」参加してみませんか？  
 医療介護課介護保険係では、いつでもご連絡をお待ちしております♪

**\*上平・下平会場\***  
**生活にハリが出るっ～!!**

いきいき元気教室に参加し始めて、生活にハリが出るようになりました！  
 みんなとおしゃべりが出来て、楽しみです！  
 今度から、体操後にお茶飲みをしようと計画しているので楽しみが増えました♪



【おしゃべりもできて楽しいですよ！】



【3月はこの素敵な会場で体操しています♪】

**\*いきいき元気教室31会場\***  
**たくさんの笑顔に元気をもらいます!!**

様々な会場の様子をご紹介します♪♪♪



【真剣に筋力アップに取り組んでいます!!】



【血圧測定台や床の傷防止を作ってま～す♪】



【プラ板交換中♪】【しっかり目標を立てます】

**お知らせ 増やせ健康串間人!**  
**Dr.エト一の健幸づくり講座**  
**～第11回 「みんなでつくろう 健幸くしま」～**

日時：平成30年3月28日(水) 13時～  
 会場：総合保健福祉センター ※参加無料  
 5月から始まった連続講座。途中からの参加もOKです♪講座の後には、保健師や栄養士の個別相談やミニ知識伝授もあります!!  
 講座に参加して日本一の健康寿命、串間市を目指しましょう!!

**江藤 敏治先生**



【申込先】  
 医療介護課  
 ☎72-0333

**※事前に電話申込み  
 をお願いします♪**

看護大学教授  
 (大東市ノ瀬出身)

**お知らせ**

**第15回 「認知症の人と暮らす家族の集い」**

日時：平成30年3月22日(木) 14時～  
 会場：Wing (ニシム夕向かい)  
 お気軽にご参加下さい♪

【申込先】  
 医療介護課介護保険係  
 ☎72-0333 (内線 511)



- ・いきいき元気教室開催会場 31か所
- ・認知症サポーター数 1,491人