

事業名	まちのちいさな相談室
------------	-------------------

(実施機関：港区西部いきいき支援センター)

実施日 (頻度)	毎月1回 (シニアズデーの15日又は16日に開催。シニアズデーが土日祝の場合は前後の平日に開催している。)
会場	ウエルシア名古屋十一屋店ウエルカフェスペース
対象者	地域住民
定員	会場の規模としては5~6人が限界
費用	無料
申込方法	予約不要

実施内容

【内容】

シニアズデーに合わせて開催しており、季節の小話に併せて百歳体操とeスポーツを交互に月替わりで行っている。
近くにサロンなど集まれる場所がない箇所で行うことで、閉じこもり防止と他者交流の機会になるよう実施している。

【風景写真】



まちのちいさな相談室 inウエルシア

参加無料



- ・ 現在困っていることや今後の備えなど介護や健康についてお気軽にご相談ください！
- ・ 自宅でも継続できる簡単な体操をお伝えします！いつまでも元気に過ごせるよう運動を始めてみませんか？
(体操のみの参加も大歓迎！)



場所：ウエルシア十一屋店
ウエルカフェスペース
(港区十一屋2-224-1)

時間：10:30～11:30

4月15日(月)

5月15日(水)

6月14日(金)

7月16日(火)

8月15日(木)

9月17日(火)

名古屋市港区西部いきいき支援センター
港区寛政町6-40 ☎052-381-3260

名古屋市港区西部いきいき支援センターは、名古屋市から委託を受け、
社会福祉法人昌明福祉会が設置運営しています