



野花菖蒲の里



☆保健福祉センターだより☆

♨️ 温泉のお知らせ 2月の営業日 ♨️

日	月	火	水	木	金	土
2月						1日 14:00~ 21:00
2日 10:00~ 21:00	3日 休業日	4日	5日	6日	7日	8日
		14:00~21:00				
9日 10:00~ 21:00	10日 休業日	11日 祝日 休業日	12日	13日	14日	15日
			14:00~21:00			
16日 10:00~ 21:00	17日 休業日	18日	19日	20日	21日	22日
		14:00~21:00				
23日 祝日 休業日	24日 祝日 休業日	25日	26日	27日	28日	29日
		14:00~21:00				

祝日休業のお知らせ

2月11日（建国記念の日）
2月23日（天皇誕生日）
2月24日（振替休日）

★温泉ご利用の方へ
忘れ物が多いです。
お帰りの際は、今一度
ご確認ください。

忘れ物をされた方は
保健福祉センター事務室へ。
TEL 28-5600

☆ルールやマナーを守って気持ち良く入りましょう！！

☆入浴受付時間は20:30までとなっております。

【東通村保健福祉センター 28-5600】

入浴料金			
6歳～11歳	100円	6歳未満	無料
12歳～69歳	200円	70歳以上	無料
		障害者	無料

ほうかつだより

東通村地域包括支援センター ☎28-5700

いきいき百歳体操体験会を行いました

村民のみなさんが「いつまでも生き活きと過ごせる」ことを目的に、入口地区、小田野沢地区、老部地区の3カ所で“いきいき百歳体操”体験会を行いました。

今の暮らしを続けるためには、1週間に1回以上は外出すること、足腰の筋肉を保つために運動をすることが効果的であることを学んだあと、むつウェルネスパークの黒田先生を講師に実際に“いきいき百歳体操”を体験しました。

体操はみんなと一緒に取り組むと楽しく継続することができます。自分たちも取り組んでみたいという方は、ご連絡ください。

