

寒さに負けず、
身体を動かす機会をつくりましょう！

参加無料

インストラクターと一緒に、いきいき百歳体操！！

日時：1月25日(木)9:30～

場所：東通村保健福祉センター

内容：いきいき百歳体操

- ・音楽に合わせての体操 …など
- ウェルネスパークのインストラクターと楽しく身体を動かします。

お申込は不要。当日会場へお越しください。



小田野沢地区の様子



上田代地区の様子



保健師

冬は外出が減り、身体を動かすことも少なくなります。家でも、体操やストレッチ、掃除や洗濯はきびきびと動くなど、ちょっとした工夫で身体を動かす時間を持ちましょう。

相談・お問い合わせ
☎0175-28-5700

野花菖蒲の里

☆保健福祉センターだより☆

官台山温泉の1月営業日

日	月	火	水	木	金	土
	①	②	③	4	5	6
7	⑧	9	⑩	11	12	13
14	15	16	⑰	18	19	20
21	22	23	⑳	25	26	27
28	29	30	㉑			

■は13時～20時 □は10時～20時 ○は休業日
入浴受付時間は19時30分までとなっております。

☆ルールやマナーを守って気持ち良く入りましょう！！
【東通村保健福祉センター ☎0175-28-5600】

祝日休業のお知らせ

1月8日(成人の日)
祝日のため休業です。

忘れ物が多いです。
お帰りの際は、今一度
ご確認ください。

新年は1月4日(木)
営業開始となります

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