



毎日を「元気に」、「はつらつと」  
生きるための



# 誰でも サロン

予約不要

会 場 中央3丁目旭町町会集会所  
時 間 13時30分～15時00分  
持ち物 飲み物  
対象者 蕨市在住の65歳以上の方



健康・薬の知識を  
深める

脳トレゲーム

お友達との参加  
大歓迎

## ◆ 各月のテーマ ◆

7/26(火) ノーアエクササイズ【脳トレ体操】  
(アルソック)

8月 お休みです

9/27(火) 栄養について(栄養士)

※諸般の事情により中止・プログラムの変更の可能性があります

蕨市第一地域包括支援センター  
開所時間 平日 8:30～17:15  
住所：蕨市錦町3-3-27

お気軽にお問合せください

☎ 048-434-6721