

# 住み慣れた地域で高齢者の 健康維持相互扶助を行っています



**活動内容** 地域コミュニティとの交流、参加者の健康維持活動、健康情報提供、相互扶助・安全・安心活動等を地域の長寿サポートセンターと民生委員の協力を得て、お元気な前期・後期高齢者やお身体の不自由な方や健康に不安のある方などが交流で心身を豊かにする活動を行っています。

**活動目的** 地域コミュニティとの交流、高齢者の健康維持活動、健康情報提供、相互扶助・安全・安心活動等です

## 北砂楽々クラブ

活動日:第1・3水曜

活動場所:UR北砂七丁目団地集会所

参加費:100円／参加条件:概ね60歳以上の方

担当:渡邊

