



# あかがわ 社協 だより

第52号

## 昔の若人おしゃべりサロン

3月のサロンは3月14日に開催し、前月に引き続き転倒予防体操をしました。

前回よりも少し改良を加えてゆっくりできるようにしたこともあり、皆さんとても楽しそうに体を動かされていました。

サロンでの転倒予防体操は、イスに座りながら音楽にあわせて体を動かすものです。体力に自信の無い方でも気軽にできると思っていますので、興味を持たれた方はぜひご参加下さい。

軽運動の後は、皆さんで懐かしいレコードを聞きながら楽しくおしゃべりをしました。

編集発行 平成25年5月1日発行  
社会福祉 赤井川村社会福祉協議会  
法人

〒046-0501  
北海道余市郡赤井川村字赤井川318番地1  
赤井川村デイサービスセンター内  
電話・FAX (0135) 34-6068番  
Eメール akaigawa.syakyou@wine.plala.or.jp