

サロン^ドいりまる 通信

サロンは基本、月に4回程度開催します。今月の予定をお知らせします。

9月の催し物内容

9月 3日 午前10時～12時 入間公民館

・「百歳体操」と「脳トレパズル」

毎月、百歳体操と頭の体操を定期的に行います
筋肉の回復にプロテイン！ 脳の回復にはスイーツ？！

◆参加費 お一人300円



9月10日 午前10時～12時 入間公民館

・軽スポーツゲーム

スカットボールや輪投げで隠れた才能を発揮！
高得点で賞品をゲットしよう！

◆参加費 お一人300円



9月17日 午前10時～12時 入間公民館

・ミニデイ 出前健康講座 健康福祉課

近頃テレビCMで流れるMCIってなに？

MCI(軽度認知障害)とフレイルについて

◆参加費 お一人300円



9月24日 午後6時～8時 入間公民館

・稲も人も「実るほど首を垂れる 稲穂かな」

ナイトサロン カラオケ居酒屋「いりまる」

(お酒類・漬物・おつまみの持ち込み大歓迎です)

◆参加費 男性1500円 女性500円

