

# 令和7年度「和気あいあい会」のお知らせ



おおむね75歳以上の方を対象に「いつまでも笑顔で生活する」ための会です。生活に必要な動きがスムーズにできるように、簡単な体操を続けて行います。参加については、予約制です。ご希望の方は申込をお願いします。一緒に「和気あいあい」と楽しい時間を過ごしましょう。

## 1 日程表

回数	日にち・曜日	時間	会場	講師
1	令和7年4月10日 木	午前10時から 11時30分	保健センター	健康運動指導士 吉井雅彦先生
2	5月8日 木			歯科衛生士 江川敏子先生
3	6月5日 木			健康運動指導士 吉井雅彦先生
4	7月10日 木			
5	8月7日 木			
6	9月4日 木			
7	10月9日 木			
8	11月13日 木			
9	12月4日 木			
10	令和8年1月15日 木			
11	2月5日 木			
12	3月5日 木			

※実施時間や場所は変更になる可能性があります。最新の情報は広報かわまたにてご確認ください。

## 2 申込み・問い合わせ

保健福祉課健康増進係 TEL 024-566-2111 (内線 2202)