

総合福祉センター みんなの日

10月8日(木)9時～16時

広い大広間を自由に利用できる一般開放Day

PC作業や読書、お茶飲みや持ち寄りランチ会など、お気軽にご利用ください♪

★11時～11時30分 尿トラブル講話 自分らしく動ける毎日のための尿もれケア

体操教室で おなじみの社会福祉法人 織船会 坂本 幸男 氏による健康運動指導士、介護福祉士、ケアマネージャーそれぞれの視点からアプローチする、おうちで出来るケア方法やケア用品について、お話しいたします。男性にも女性にも対応した内容になっています。(参加費無料)



★11時45分～12時45分 目のフレイル予防とケア教室

10月10日は、**目の愛護デー** 

最近、目が疲れやすい、見えにくいことはありませんか？それは「目のフレイル(アイフレイル)」のサインかもしれません。外部から脳に伝わる情報の多くは目から得ているといわれています。錯視体験も交えながら、アイフレイル予防と目のケアについて、アイジャパン(株)一級眼鏡作製技能士・浅見 道德 氏に楽しく分かりやすくお話しいたします。※心配な症状がある方は眼科の受診もあわせてご検討ください。当日はメガネのクリーニングも承ります。(参加費無料)



入浴利用時間・料金

【4月～11月】11時～

【12月～3月】11時30分～

【終了時間】15時30分

【入浴料】小学生～60歳未満は
200円

※町外の方は別途入館料300円

13時～15時 カラオケタイム

マッサージチェア、図書コーナー、
囲碁・将棋、ボードゲーム、バンパー、
キッズスペースあり

移動販売車“うえたん号”でお買い物
(火曜)15時05分頃～
(木曜)11時50分頃～



横瀬町総合福祉センター(横瀬町民は入館無料)

横瀬町大字横瀬1240番地 電話 0494-25-0083
利用時間 9時～16時(平日)

