

探したい!  
見つけたい!  
出逢いたい!



探したい! 見つけたい! 出逢いたい! このコーナーでは、生活支援コーディネーターが地域で活動している団体取材してご紹介します。今月は、エリアにある3つの元気づくりステーションの中から「松見元気づくりステーション」をご紹介します。

元気づくりステーションとは

身近な場所で仲間と一緒に健康づくり・介護予防に取り組むグループ活動で、区役所、地域ケアプラザが活動グループの支援を行っています。

## 松見元気づくりステーション

毎回いろいろな体操プログラムを組み合わせ実施しており、つながりを大切にしながら、みなさんわきあいあいと楽しく活動しています。初めての方の体験も大歓迎とのこと♪  
いっしょに身体を動かしてリフレッシュしませんか?

日 時：毎月第2・第4月曜日

10:00~11:30

会 場：松見4丁目町内会館

(松見4丁目 1101-30)


対 象：男女問わず60歳以上の方

参加費：1回 100円

持ち物：上履き・飲み物・タオル



※見学、お問い合わせは、  
神之木地域ケアプラザ  
生活支援コーディネーター 高木まで

「探したい! 見つけたい! 出逢いたい!」次回は、神之木ケアランドをご紹介します! 



成年後見

遺言

相続

## 司法書士による無料相談会

の相談を中心にお受けします!

日 時：7月6日(月) 13:30~15:30

場 所：神之木地域ケアプラザ1階 多目的ホール

定 員：先着4組(相談時間は1組30分程度となります)



※状況により相談会が中止となる場合もあります。予めご了承ください。

※当日体調不良や37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。

神之木地域ケアプラザ 地域包括支援センター

電話045-435-2906 (担当：鈴木(正)・鈴木(茜))