

仲間と一緒に楽しい時間を！

元気クラブ



太鼓や軽体操、レクリエーションで脳を活性化し
からだと心をリフレッシュしましょう。

日にち 5月16日 ~ 2月27日
毎月2回 木曜日 9:30 ~ 11:30

場 所 村上市コミュニティデイホーム

対 象 65歳以上で物忘れが気になる方、外に
出る機会が少ない方など

定 員 20名 (申込み先着順)

参加費 600円 (年間通して)



【主催】村上市 介護高齢課 地域包括支援センター

申込み方法などの詳細は裏面をご覧ください

～ 2019年度 元気クラブ日程表 ～

時 間：午前9時30分～11時30分

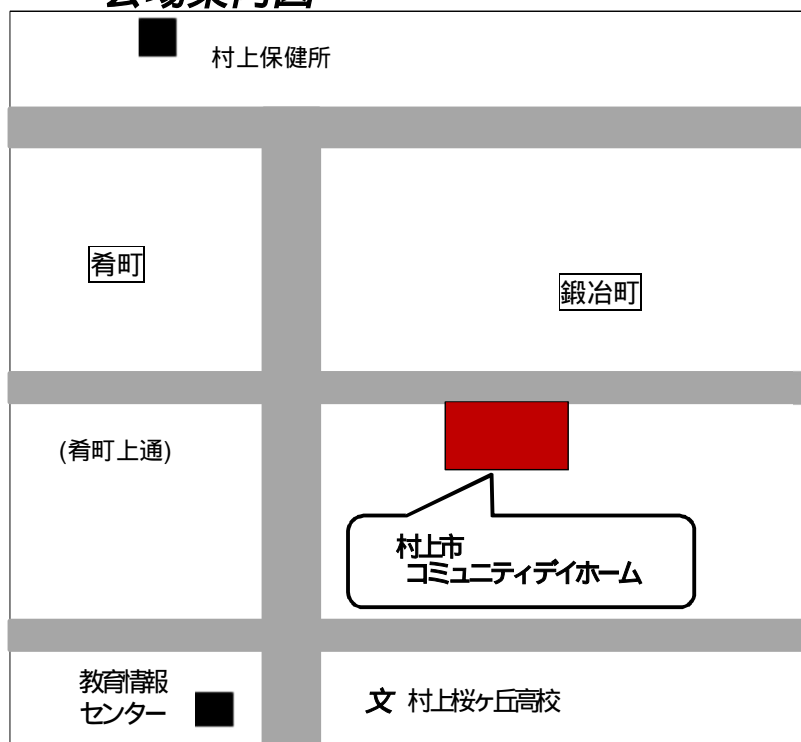
会 場：村上市コミュニティデイホーム(駐車場6台分ほどあり)
(鍛冶町2番3号 電話52-7785)

参加費：600円(年間とおして)

日 程

月	日にち	月	日にち	月	日にち
5月	16日・30日	9月	12日・26日	1月	9日・23日
6月	13日・27日	10月	10日・24日	2月	13日・27日
7月	11日・25日	11月	14日・28日		
8月	8日・22日	12月	12日・26日		

会場案内図



元気クラブ参加者の感想

月2回の参加するのが楽しみで、元気をもらっています。



クラブの日は楽しみにしています。いろいろな人とお話が出来、来るのが楽しみになりました。



皆さんとふれあい、気持ちも明るく元気になり、張り合いができました。



～ 申込み・問い合わせ先 ～

村上市役所 介護高齢課 村上市地域包括支援センター
電話 75-8937 (直通)