

救急車を呼ぶ前の相談窓口☎#7119 🇯🇵

回覧・階段掲示

多世代交流サロン・暮らしの保健室

だんちらんたん 令和7年3月号

だんちらんたんは、川和団地の住民が誰でも利用できる開かれた場所です。好きなことに取り組む場にしたり、おしゃべりをしたり、困りごとを相談したり、買い物かてらにふらっと立ち寄ってゆったり過ごせる団地の皆さんの場所です。看護師が常駐していますので、ちょっとした身体の不調や受診のご相談も承ります。必要時は、区役所や加賀原地域ケアプラザと連携を図ることもできます。転居されたばかりの方や学生の方も大歓迎です!!

だんちらんたん 佐藤 智子
川和団地自治会長 川村 恵代

3月のだんちらんたん

椅子ヨガ Ver.2

日にち：3月23（日）

時間：10時～12時

場所：川和団地集会所

参加費：無料



感染対策を継続しながら開催しますので、ご協力お願い致します。
飲み物やお菓子も用意していますので、お気軽にお越しください(^_^)



講師は団地在住の松澤奈々子さんです。椅子を用いることで、体が硬い方や体力に不安がある方も安心して行うことができます。無理のない動きで可動域の促進や、筋力アップ、健康な心身を保つのに効果的です。是非、ご興味のある方、お時間が合う方、ご参加をおまちしております。



フェスタオル、飲み物をご持参いただき、動きやすい服装でお越しください!

暮らしのお困りごとの相談、だんちらんたんのお問い合わせ

☑tomoko.ns225@gmail.com TEL090-6942-9725

--	--	--	--	--	--	--