

☆参加ご希望の方は事前にお申込み下さい **079-280-3795**  
感染防止対策実施中! 当日の体調確認と来館時のマスク着用をお願いします



# おしゃべりサロン



2021

9/19(日)

午後1時30分～午後3時

【会場】香呂・香呂南県民交流会館  
姫路市香寺町犬飼 727-1 (ムーミンハウス)  
【定員】20名程度(要申込)  
【参加費】300円(挽きたてコーヒーとお菓子付き)



## ◎ 学習会

### 感染症予防に役立つ食事と運動

～日々の食事と運動で免疫力を高めましょう～

講師: 杉本 明子氏 (管理栄養士・健康運動指導士)



### ○ マスクでおしゃべりタイム

健康・介護の専門職が相談にのります

### ○ プラステンエクササイズ

兵庫県健康財団 DVD



新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じ、人数制限と時間短縮などをして開催します。

感染の拡大状況によっては中止をすることもあります。その場合は、申込いただいた方に電話で連絡します。



主 催:NPO法人 人・こころネット ホームページ <http://hananotsudoi.com>

この事業は、「健康ひょうご 21 県民運動地域実践活動」の助成を受けています。



NPO法人 人・こころネット 姫路市香寺町香呂 118-1 ファンド香呂 1F-A Tel.079-280-3795  
～住み慣れた地域でその人らしく生き生き暮らし続けるために～

☆毎月第2木曜日 AM9:30～困りごと相談受付中 ♡法人事務所にて

主任ケアマネと司法書士が対応します。お気軽にお越しください。

募集中 ♡ サロンボランティア、ケアサポートスタッフ、賛助会員

「おしゃべりサロン」…2021年度は奇数月の第3日曜日に開催予定

