

“しゃべり場まつもと（第 14 回家族・地域の会）”

開催のお知らせ

デイサービスセンターまつもと
所長 佐藤 太亮

新年、おめでとうございます！

お正月はいかがお過ごしだったでしょうか。

私は予想通り体重 2kg 増でした（汗）

そんなお正月太りをしてしまった方に朗報です！

2 月 10 日（日）に第 14 回目となる

しゃべり場まつもとを開催いたします！

幸寿会名物「遊びリテーション」で体を動かし、

「いきいき百歳体操」を覚えて帰りませんか？

茶話会も交え、心と体をほぐす半日にしたいと思っています。

運動不足を感じる方、気分転換したい方、介護技術でお困りの方、

幸寿会の施設を知りたい方、どなたでも参加可能ですので、お気軽にお越しください！



いきいき百歳体操



遊びリテーション

～ “しゃべり場まつもと（第 14 回家族・地域の会）” 開催要項～

日時：平成 31 年 2 月 10 日（日）

9 時半～12 時頃

（受付：9 時 15 分～）

参加費：無料♪

場所：デイサービスセンターまつもと

大津市松本 2 丁目 12-26

TEL：522-8750 FAX：522-8780

E-mail：

matsumoto-day@kouiyukai-otsu.jp

URL：

<http://kouiyukai-otsu.com/matsumoto/>

【開催プログラム】

09 時 30 分 “開会のあいさつ”

09 時 40 分 “遊びリテーション”

心と体をほぐし、楽しく運動不足解消です♪

10 時 10 分 “いきいき百歳体操”

“あんしん長寿相談所” 推奨の体操です♪

10 時 30 分 “フリータイム♪”

お茶菓子を食べながら、四方山話♪

介護技術についてもお気軽にお聞きください

11 時 30 分 質疑応答・アンケート記入・

お開き・お送り（希望者）



ご希望の方は送迎も致します♪

☆途中からの参加も可です☆

切り取り

平成 31 年 2 月 10 日（日）“第 14 回しゃべり場まつもと” 参加申込

お名前	ご住所・連絡先	来所方法
様	〒 TEL：	☐ 徒歩等 ☐ 車 ☐ 送迎希望
様	〒 TEL：	☐ 徒歩等 ☐ 車 ☐ 送迎希望

この用紙を提出いただくか、電話か FAX、E-mail にてお申し込みください
来所方法についてもチェックをお願いいたします



デイサービスセンターまつもと

〒520-0807 大津市松本2丁目12-26

(京阪石山坂本線 石場駅より徒歩1分)

TEL: 077-522-8750 FAX: 077-522-8780

Email: matsumoto-day@koujyukai-otsu.jp

URL: <http://koujyukai-otsu.com/matsumoto/>

♪ブログも随時更新しています♪



- 申し込み締め切りはないので、当日参加でも結構です
- 当日は駐車スペースを空けておきますので、お車での参加も可能です
- ご希望の方にはこちらの送迎車で送迎をいたします