

# 1. ふれあい共食事業

地区のセンターや公民館等で、いつまでもイキイキと元気な生活を送るために、ふれあい交流を楽しみながら健康づくりや介護予防活動を実施。

## <内 容>

- ・楽しくできる体操
- ・出前講座
- ・セラバンド
- ・輪投げ
- ・ユニカール
- ・昼食会 など

## <参加費>

各実践区で、1回あたり100円～200円徴収

## <経 費>

町（地域包括支援センター）で、各実践区に委託します。

【問い合わせ先】 軽米町地域包括支援センター（☎46-4111）