



健康長寿をめざして

健康が一番!

# いこいの家に行って元気になろう

「健康の日」ってなあに？

高齢者にとって、健康は大きな関心事であり、住み慣れた地域で健康で生きがいを持ち暮らしていけることが望まれます。しかし、健康は自分自身が意識し、努力する必要があります。そこで、いこいの家では、利用者や地域の方の健康への意識向上をめざして、健康の日を制定しました。

「健康の日」はいつですか？

いこいの家名称	健康の日
高津	毎月・第1火曜日
上作延	〃 第1金曜日
梶ヶ谷	〃 第1金曜日
子母口	〃 第1水曜日
末長	〃 第1金曜日
東高津	〃 第1火曜日
くじ	〃 第1水曜日

この旗がたっている日が「健康の日」です



〔問合せ先〕

高津区社会福祉協議会

☎044-812-5500