



65歳以上の
苫小牧に住む皆様…

=げんき倶楽部 に来ませんか?!=

最近、体がつらくて動きたくない。
家にいてもすることがなくて、生活に張り合いがない。
そんなお悩みはありませんか？



げんき倶楽部 に来て、
仲間と一緒に体操、レク、ゲームをして
楽しく過ごしましょう♪



場所は市内に8会場あります。
お近くの会館にお越しください。



興味を持たれた方は、
苫小牧市介護福祉課に、是非ご連絡ください！



苫小牧市役所 介護福祉課 ☎ 0144-32-6347(直通)