

☕🍵☕🍵☕ 棚倉町 高齢者サロン ☕🍵☕🍵☕

サロンとは、地域の人たちが身近な場所で気軽に集まり、仲間と楽しく過ごせる『通いの場』です。自然と仲間ができて、地域でのつながり・支え合いの関係ができていきます。

サロンでは、介護予防体操・健康講話（管理栄養士、歯科衛生士）・創作活動・レクリエーションなど様々な活動をしています。今回は、町内高齢者サロンの活動を一部ご紹介いたします。



お住いの地域でもサロン活動始めてみませんか？

