

宇治ネット特別企画 in 南宇治 フレイル予防体操&交流会

例年よりも暑いあつーい夏がようやく終わり、季節は秋。
熱中症警戒アラートが連日発表されていた中、外出を控えていた方も多かったのではないのでしょうか？動きやすくなった今こそチャンス。
フレイル予防体操と交流で楽しい一日を過ごしませんか？

日時：11月 17日 (日) AM9:30～
(11:30 終了予定)

場所：南宇治コミュニティセンター
宇治市大久保町上ノ山 42 番地の3
(近隣のコインパーキングをご利用ください)

協力金：300 円 (当日参加歓迎！)

持ち物：飲み物・タオル等

申込：各団体の宇治ネット担当者まで (〆切 11/10)



フレイル予防体操で身体を温めよう

気持ち良く楽しく身体を動かしながら、フレイル予防の知識、寒い冬を乗り越える知識をみんなで学びます。

講師：堀田博昭氏

- ・リハビリデイスタッフ
- ・スロートレーニングトレーナー
- ・手話通訳者



各団体交流会～福社会館閉館中の活動～



私達が活動の拠点としていた宇治市総合福社会館が改修に伴い閉館してから3か月がすぎました。

他団体と顔を合わせる機会が減っている中、他団体はどのように活動されているのでしょうか？各団体の様子をお聞きします。

主催：聴覚障害者の豊かな暮らしを築く宇治ネットワーク委員会
お問合せ：事務局 新治 晃 nsak.akira@nifty.ne.jp