

びびびびの1分間

夢と希望に満ち溢れ、元気がかわいい七名の新入生が日章小学校に入学しました。地域の皆さんで暖かく



高橋みなみ(福船)さん 森本彩沙(福船)さん 西野華純さん
甲藤裕之(福船)さん 濱口奈津実(福船)さん (堀ノ内)
大畠徹也(蔵福寺島)さん 森下明日香(金地)さん
<http://www.geocities.jp/iwamurafc/kouho/oyako.jpg>

見守ってゆきましょう。

「公民館は土、日、祭日もずっと開いています。図書コーナーには、絵本、マンガ等もいっぱい備えています。輪投げやブロック等のオモチャも置いてあります。学校が休みの日は公民館に出てきて、友達と一緒に遊びませんか。楽しいですよ！」



明るく、広く快適な調理室で皆で美味しい料理！

公民館設備の紹介
調理室

岩村ふれあいセンター落成と共に、素晴らしい調理室もできました。また、本年度より新しく食生活改善推進委員も増員され3名となりました。そこで、南国市福祉センター栄養士さんによる献立を基に、親子料理、成人病予防食、男料理教室等を計画しております。

ぜひ多くの地区民の皆さんに参加してもらって、一緒に楽しい料理教室としましょう。

ジョーバで心も体もリフレッシュ

筋肉は運動しないと加齢と共に衰えてきます。腰痛や転倒・猫背等の予防・改善に効果のあるジョーバに乗ってみませんか？

ふれ「愛」センターの大ホール北側に設置されています。

ます。どなたでも使用できます。



快適、快適！、いつもニコニコ家庭円満

1回15分乗ることによって、腹筋や背筋が強化され、ジョーバをまたぐ動作によって股関節が柔軟になり、さらに両足で挟み込むことで大腿筋(だいたいきん)が強化されます。これからの人生、介護の必要無い、明るい生活ができるようにみんなで無理なく体を鍛えましょう。



発トニョカッロシをい威ネサー。プさいにー報ケウ。ラだ等タ情ニョクく成イン。ユシク成イ。コミコ来報！。コシ。パン見

先端の入浴介護施設



広々と明るい調理室、男性も腕を振つて！



車椅子、オムツもok



囲碁・将棋、輪投げで頭の体操？



大きなホール、広いステージでワンマンショー