

寒い冬を乗り切ろう!!

地区民講習会&鍋まつり

高齢化社会を迎え、人生80年と言われていています。でも、ただ長生きするだけでいいのでしょうか？長生きするなら、楽しくそして充実した生活を送りたいですね。そのためには、体が健康でなくてはなりません。これは高齢者だけの問題ではありません。現在は生活習慣病も増加しています。みんなで現状の課題を見つめなおし、この機会に健康について考えてみましょう。

また、地区民の親睦を深めるため、「作谷沢鍋まつり」も併せて開催いたします。地区民の大切な交流の場となりますので、地区民のみなさん、ぜひ参加してください。

1. 日時 平成30年1月21日(日) 午後3時～午後6時

2. 場所 作谷沢ふれあい自然館

3. 日程・内容

①.講習会 (午後3時～午後4時)

・「健康を見つめなおして」

講師 山辺町役場 保健指導係



②.地区民大交流会 (講習会終了後～午後6時頃)

冬の味覚を使った鍋を味わいながら、ビンゴ大会を行うなど地区民の楽しい交流の場を企画しています。

4. 参加費 男性 1,000円 女性 500円

※幼児・子ども(小中学生)は無料



5. 申込み 1月11日(木)まで

期日まで作谷沢支所にお申込みください。

～作谷沢地域振興協議会事務局(作谷沢支所 ☎666-2121)～

※飲酒される方は、車でのご来場をご遠慮ください。

＝ 主催：作谷沢地域振興協議会 / 協力：作谷沢地域特産品探索会 ＝

----- キ ----- リ ----- ト ----- リ -----

地区民大交流会「作谷沢鍋まつり」参加申込書

氏名 _____ (男・女)

地区名 _____

氏名 _____ (男・女)

氏名 _____ (男・女)

男性 1,000円
女性 500円



みんな、参加すべし!!