

祝日除く  
毎週火曜日  
12:00～15:00

# リハビリルーム開放日

ふらっと来て、ゆる～く集まる

リハビリルーム開放日とは・・・？

教室ではなく、みなさんが気軽に集まり自由に過ごせる空間です  
開放日メニュー



## レクリエーション

ポッチャやモルック、わなげなど  
様々なレクリエーション道具をご  
自由にお使いいただけます。



## 体操DVD

ライスパワー体操や椅子に座ってで  
きる体操のDVDをご自由にお使いい  
ただけます。



## おしゃべり

おしゃべりをして過ごすのももちろん  
大歓迎です。飲み物や昼食を持ち  
寄るのもOKです！

選べる

レクリエーション



モルック



ポッチャ



千支ビンゴ



ディスクン



ソフトダーツ 等々…

場所：デ・アイ（市役所となり） 1階リハビリルーム

1. レク用品を使用した後は片づけのご協力をお願いします
2. 飲食OK！（ごみはお持ち帰りください）
3. 予約は不要です
4. 基本は自由開放ですが、何かあればスタッフが相談対応しますのでご安心ください

問合せ先  
高齢者支援課  
介護予防係  
26-2644  
※予約不要