

令和7年度

参加費無料

頭もからだも
いきいき元気！



院内

in 浪岡病院

いきいきサロン

のぼりが目印！



院内いきいきサロンとは…

浪岡病院に通院されている高齢者等のかたが対象の、
介護予防・生きがいづくりを目的とした気軽なつどいの場です

場所

青森市立浪岡病院 1階 大会議室
浪岡大字浪岡字平野180番地

予約不要です！
お気軽にご参加ください。

時間

13時30分～14時30分
(受付:13時～)



イメージキャラクター
キーボー
元気に暮らしたいという希望を
叶えてくれる鳥の妖精

持ち物

飲み物、汗拭きタオル

ココ！ 大会議室



日程	内容
10月28日(火)	頭と体を使ったゲーム体験
11月25日(火)	作業療法士さんのフレイル予防運動
12月23日(火)	体スッキリさわやか体操

※感染症対策を行い実施しています。 ※日程は変更となる場合がありますのでご了承ください。

お問合せ

まちなかいきいきサロンin浪岡 実行委員会
青森市福祉部 高齢者支援課

電話:090-3879-4778

電話:017-734-5326



青森市