

# ななかま

日時 令和6年 4月9日(火曜日)

内容 レクリエーション(自己紹介) 自宅でもできる健幸体操

時間 1時半～3時まで

場所 リーベン鎌ヶ谷 食堂スペース(地図は裏面へ)  
047-443-8212 担当村田

●持ち物 各自 飲み物をご持参ください  
上履きが必要な方はご持参ください



次回開催は  
5月7日火曜日 1時半～3時まで  
リーベン鎌ヶ谷食堂スペースにて

発起者:人生楽しもう会

コーディネーター

南部地域包括支援センター 渡邊

問い合わせ 047-441-7370

★応援★リーベン鎌ヶ谷・鎌ヶ谷市高齢者支援課  
鎌ヶ谷市健幸サポーター・民生委員ほか

〔人生楽しもう会の考え〕に  
ご賛同された方はどなたでもご参加できます。

【考え】

1. 今後の人生を楽しく気楽に生活すること。
2. 病気や障がいがあっても  
楽しくみんなで助け合い笑顔で過ごすこと。
3. 全員が第2の家族と思い、助けあえる仲間を見つけること。
4. 参加者全員が平等であること。
5. 悩み事はオープンにしてみんなで考えよう。
6. 遊びごとに笑顔あり。

「がんばれ余生ここにあり」

人生楽しもう会：代表 NAKAMURA

★私たちはみんなでその日にしたいことを考えていこうと  
思っています。こんなことがしたいな、1人では踏み出せないなと  
思うことを一緒に楽しみながら、みんなで実現してみませんか？

リーベン鎌ヶ谷の住所

〒273-0103 鎌ヶ谷市丸山3-17-18



東武鎌ヶ谷駅方面からお越しの方

丸山3丁目の信号を右に曲がり、300メートルくらい

鎌ヶ谷市第2中学校方面からお越しの方

和菓子屋さんとかまさんデンタルクリニックを越えて左手 令和6年度 チラン

