

入野自治組織 篋の郷

入野地域センターだより

◆第112号◆  
令和5年9月1日発行  
入野地域センター  
東広島市河内町入野 2650-3  
TEL/FAX (082) 437-1001

## 入野地区敬老会

日時：9月18日（月・祝）

10時開会 13時30分閉会

会場：入野地域センター 多目的ホール

4年ぶりの敬老会を開催いたします。  
皆様のご来場をお待ちしております。

## ～自分の体を知ろう～ フレイル測定会 開催日：9月21日（木）

フレイルとは、年齢に伴って心身の活量区が低下し、要介護になりやすい状態のことです。加齢による変化に早めに気づき対応することで、フレイル予防・改善につながり健康寿命が長くなります！

時間 ①10時 ②10時30分 ③11時 ④11時30分

⑤13時30分 ⑥14時 《所要時間1人20分程度》

会場 入野地域センター 多目的ホール ※会費無料

定員 各回定員 5人（先着順、定員に達し次第締切）

申込 入野地域センターへお電話ください

☎082-437-1001 申込締切日：9月12日（水）

内容：体組織測定＋運動機能測定＋口腔機能測定

⇒測定結果のアドバイス（保健師・管理栄養士・歯科衛生士など）

※裸足で測定します。ストッキング、タイツ等はお避けください

※心臓ペースメーカーをご利用の方は禁忌のため測定が出来ませんのでご了承ください

主催：東広島市 共催：入野自治組織 篋の郷・入野地域センター

要予約

入野地域センター・河内スポーツアリーナ

主催講座



### 和太鼓にチャレンジ⑤

日時 9月4日（月）19:00～20:00

会場 入野小学校体育館

持参物 上履き、飲み物 会費 無料

一本足の案山子・たかむら有閑クラブ

あなたの健康づくりを応援します

【えっと健康！ぶち笑顔！ちいとやってみようや東広島】

講師 山田谷 美保子さん（河内支所地域振興課）

日時 9月26日（火）13:30～15:00

会場 入野地域センター 多目的ホール

持参物 室内シューズ、飲み物 会費 無料



### ぶりぶりきっず

日時 9月16日（土）10:30～11:30

会場 入野地域センター和室

持参物 上履き、飲み物 会費 無料



参加のお申し込みは「入野地域センター」までお電話ください ☎082-437-1001

## 【入野地域センター清掃作業】

9月3日（日）9:00～11:00頃

【場所】入野地域センター

【持参物】飲み物・上履き・ぞうきん など

※小学生はまなぶちゃんノートをもってきてください

【内容】窓掃除・床掃除・ワックスがけなど



ご協力をよろしくお願い申し上げます

### お知らせ

河内スポーツアリーナ10月分申請開始日

9月15日（金）

としよまる巡回日

9月22日（金）14:30～15:00