

● ○ 健康の駅からのお知らせ ○ ● 地域リハビリテーション事業を実施します

健康の駅では、健康維持と介護予防の取り組みを強化するため、リハビリテーションの専門職による「地域リハビリテーション事業」をはじめました。

アスパルおものがわで開催されている健康の駅でも、自主活動の日に実施することが決定しましたのでお知らせ致します。

日時：6月21日、7月19日、10月18日（いずれも月曜日）
10:00～11:45

内容：理学療法士による痛みの相談と運動の紹介

◆7月19日はお休みの予定でしたが、通常通り実施します。

※自宅での検温や感染症対策にご協力をお願い致します。

※新型コロナウイルスの感染拡大の影響により中止になる場合があります。あらかじめご了承ください。



山野草写真展

5月20日より、アスパルおものがわロビーにて、「山野草写真展～春～」を開催しています。

カタクリやシュンラン、ホソバナアマナなど、雄物川町の野山で撮影された植物の写真を展示していますので、アスパルにお越しの際は是非ご覧ください。



【お問合せ】

沼館地区交流センター（アスパルおものがわ内） ☎22-3606

裏面へ

自然観察会

5月24日、自然観察会を開催しました。
にかほ市象潟の九十九島・蚬満寺を散策した後、由利本荘市の孟宗竹林にて筍掘り体験を行いました。

当日は自然観察指導員の早川氏（日本自然保護協会）からの案内と解説を受けながら、国の天然記念物に指定された九十九島や周辺の植物について学びました。

また、筍掘りでは「生まれて初めての体験でした」という声があり、竹林を観察しながら滅多に出来ない体験を楽しむ様子が伺えました。



← 集合写真



↑ 早川氏による解説の様子



↑ 散策の様子



↑ 竹林にて

7月の予定

5日（月）：健康の駅 午前10時から

⇒タッチパネルによる認知機能測定

13日（火）：ヨガ教室 午前10時から

15日（木）：いきいきサロン 午後1時半から

⇒映画上映会 ※詳細は後日配布されるチラシをご覧ください。

19日（月）：健康の駅 午前10時から

⇒地域リハビリテーション事業 ※詳細は表面をご覧ください。

27日（火）：ヨガ教室 午前10時から

28日（水）：手づくりサロン 午前10時から

※掲載している事業は、新型コロナウイルスの感染拡大の影響により中止になる場合があります。ご了承ください。

※風邪症状のある方、37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。
併せてマスクの着用もお願い致します。

