

何かを始めようと思っている方

まずは

# 地域のシニアクラブに 参加してみませんか！

ウォーキング 体操  
グラウンド・ゴルフ などなど

**仲間・健康づくり!!**



グラウンドゴルフ大会



ボッチャ大会



地域敬老会



ゲートボール大会



カラオケや手芸サークル、  
お誕生日会や食事などなど

**楽しい出会い  
お互いに見守りを**

**地域交流、地域貢献、子どもの  
見守りなど、経験や知識を生かして生き甲斐づくり!!**

裏面をご覧ください

お問合せ先: 東松山市役所 高齢介護課 高齢福祉グループ  
☎21-1406 月～金曜日 8:30～17:15 (祝祭日除く)