

古城老人いこいの家12月の催し

宮崎市古城町孫太郎2494番地 Tel 54-1650

利用時間 : 午前9時～午後5時
休館日 : 日曜、祭日、年末年始（敬老の日は開館）
利用条件 : 宮崎市に在住の60歳以上の方

看護師による健康講話

「塩分と糖分について」～意外と知らない事～

12月4日(木)10時～11時

みなさん、ぜひ聞いて参考にしてください！



今月の健康相談

12月19日(金)10時～12時

血圧測定、健康に関する

相談承ります！！



12月28日（日）から1月4日（日）は休館です。



風邪やインフルエンザ予防に
手洗い、うがいをしましょう。
栄養補給も忘れずに！！

