久宝寺ほっとステーション

イベントのお知らせ

＊佐野満男基金助成事業

『久宝寺ほっとステーション』は、老若男女を問わず、
だれでも気軽に集える“ふれあい喫茶”です。

《大好評企画》　5月17日（日曜日）

講座　**明治安田生命保険相互会社（八尾市と包括連携協定企業）**

人生100年時代！
くらしに役立つ睡眠と健康の知恵袋

睡眠についての正しい知識を『知る』、よい睡眠をとるための方法を『実践する』、ご自身にとってよい睡眠を『実感する』の3つのステップによる、よい睡眠をとるためのポイントを紹介

※地域で暮らす高齢者の身近な
相談窓口『高齢者あんしんセンター
「久宝寺　愛の郷」』による
生活・健康相談あります。

営業時間　：　午前9時30分～午前11時30分
場　　所　：　寺内町ふれあい館【八尾市まちなみセンター】
飲 物 代　：　コーヒー・紅茶　1杯100円（お菓子つき）

主催：久宝寺地区福祉委員会