

# 介護予防センター川下 職員紹介

令和8年 2月



## 介護予防センター川下の 佐久間です☆

日頃より予防センター川下の活動にご協力・ご参加いただきましてありがとうございます。

今年度も様々な教室を企画、計画していきたいと思っております。皆様と体を動かしたり、頭の体操をしたりと、一緒に介護予防に取り組んでいけることを楽しみしております。どうぞよろしくお願ひ致します。

## 最近の出来事

新札幌のホテルエミシア札幌内にある、スカイレストラン ハレアスに家族でランチバイキングに行ってきました。エレベーターを降りると31階の最上階！地上115mから見る景色はとても眺めが良く、子供たちも「すごいねー」と喜んでいました。

食事もとても美味しく、色々なものを沢山食べて、家族全員でお腹いっぱいになりながら幸せなひと時を過ごしてきました。



## 介護予防センター川下の 山口です☆

予防センター川下の活動にご理解とご協力を頂き本当にありがとうございます。

すこやか倶楽部・公園体操等の介護予防教室では、毎回、皆様から笑顔や元気を頂いております☆

皆様にとってより身近な介護予防センター川下になれるように頑張ります!! よろしくお願ひ致します。

## 最近の出来事

いよいよ今年は、娘の中学校入学&息子の小学校入学が同時にやってきます☆ 卒業式の袴や制服、ランドセル、スキーの練習、字や計算の練習等々、準備を少しづつ始めています！ 子ども達は、新しい環境になる事を楽しみにしているようです☆☆ 1月から春先まで、カレンダーに書かれたスケジュールがいっぱいなので、1つずつ楽しみながら頑張っていきたいと思います☆

