



体操会(介護予防センター)

介護予防センターでは、ストレッチなど軽い運動を行う体操会のほか、高齢者の介護予防に関するさまざまな事業を行っています。ぜひ、ご参加ください。

10月から、内容の一部を変更した事業もありますので、詳しくは27ページをご覧ください。

- 2 新型コロナワクチン関連情報
- 3 祝・世界遺産! 是川石器時代遺跡
- 4 装い-身を飾る人びと-
- 5 今般廃藩之儀-最後の藩主・南部信順-
- 6 八戸市長選挙
- 10 協働のまちづくりを支える市民活動
- 12 お知らせ、人口、市民伝言板
- 24 健康ガイド
- 27 介護予防センターの体操会と集いの場が10月から一部変更になります!
- 28 犬の登録と狂犬病予防注射
- 29 男女共同参画社会について考えよう!
- 30 学・遊・館
- 36 キラッと☆スマイル 八戸ナビ
新 美術館だより