

## 健康器具 ヘルストロンをご利用下さい

ヘルストロンは椅子に座ると(20分位)  
交流の電圧9000V(ボルト)の電界が体全  
体をつつみます。

効能は血流をよくすることにより頭痛、  
肩こり、不眠症、慢性便秘などの緩解が  
あるといわれています。

多くの方のご利用を  
お待ちしています。



## 年末年始休館日のお知らせ

令和7年

12月29日(月) 年末休館日

30日(火) "

31日(水) "

令和8年

1月1日(木) 年始休館日

2日(金) "

3日(土) "



令和7年

## 12月行事予定

(11月16日現在)

1	月	休館日	17	水	自彌術 9:00 ストレッチ体操 10:00 リーフ会議 14:00 《図書交換》
2	火	けんこう五並 10:00 更生保護女性会 19:00	18	木	パソコン教室(ウッディー) 13:30
3	水	ストレッチ体操 10:00 《図書交換》	19	金	パソコン教室(ゴールド) 13:30
4	木	ウェブキャスト講座⑤(羽根井) 10:00 パソコン教室(ウッディー) 13:30	20	土	
5	金	パソコン教室(ゴールド) 13:30 音浴会 18:00	21	日	特別企画「親子でクリスマスパン作り」10:00
6	土	二十歳の集い打合せ 19:00 	22	月	休館日
7	日		23	火	幼児ふれあい教室② 9:00 けんこう五並 10:00
8	月	休館日	24	水	ストレッチ体操 10:00
9	火	ここにこサークル 10:00 けんこう五並 10:00	25	木	
10	水	押し花 9:30 ストレッチ体操 10:00 地域連携会議 15:00 民生委員会 19:30	26	金	
11	木	リーフ会議 13:00	27	土	パソコン教室 13:30 特別企画「親子でお正月かざり作り」14:00
12	金		28	日	生け花 13:00
13	土	パソコン教室 13:30 二十歳の集い打ち合わせ 19:00 	29	月	年末休館日
14	日		30	火	年末休館日 
15	月	休館日	31	水	年末休館日
16	火	幼児ふれあい教室① 9:00 けんこう五並 10:00			

12月 豊橋市立  
豊橋市立  
一口広報

飲む前に 車じゃないよね？ 再確認  
～飲酒運転を根絶しよう～

