

医療生協さいたま 西部地区

健康ひろば

安心ルーム

お問い合わせ
埼玉西協同病院
地域連携課 茂木
電話 04-2942-0323(代表)
070-2154-7354



健康ひろば・安心ルームとは？

健康ひろばでは、体操やウォーキングなどをはじめ、健康づくりに役立つさまざまなプログラムを実践しています。ひとりでは長続きしない運動習慣も、仲間といっしょなら楽しく続けることができます。

安心ルームはそこに行けば人との結びつきが生まれ、ほっと安心できる居場所です。おしゃべりをしたり、いっしょに昼食を食べたり、趣味を楽しんだり。子育て世帯から高齢者まで、地域の中で助け合い、つながりの輪を大きく広げるための場所になっています。

