



無理なく続ける
運動習慣で、
めざせ！健康長寿！！



【世帯と人口】10月1日現在(前月比)
人口／43,225人(－74)
男／21,553人(－42)
女／21,672人(－32)
世帯数／20,379世帯(－29)

今月号の表紙／10月16日(木)

まいにち体操教室(深輪産業団地地区センター)

21名の参加者が椅子に座りながら、無理なくできる介護予防体操に楽しみながら取り組まれていました。休憩時間や体操の合間には、笑顔で会話に花を咲かせ、絆を深めていました。