

「ふれあいいきいきサロン」のご案内 **7月**

介護老人保健施設 創春館

気軽に楽しく健康づくり教室

参加無料



●何をやるの？

- ・頭と身体の体操
- ・介護保険サービス(介護老人保健施設)の紹介
- ・講話

『知ってほしい！気を付けたい身近な生活習慣』

いつ 7月19日(水曜日) 午前10時から 約1時間半程度
どこで 荒牧町公民館大広間

テーマ 気軽に楽しく健康づくり教室(創春館出前講座)

講師 介護老人保健施設 須永様、橋爪様 (予定)

申込方法 荒牧町公民館 ☎233-9913

または、お近くの民生委員、保健推進員へご連絡ください。

お飲み物は 暑い時季ですので 各自持参ください

いつもの脳トレプリント配布もあります