

回 覧



出前ふれあい健康教室

【日時】 11月11日(火)9:30~11:30

【場所】 荒井公民館

【内容】 包括支援センター共催介護予防講座

「フレイル予防講座」

松本協立病院の管理栄養士さんによる講話です。

まず、ストレッチと脳トレなどを行ってからお話ししていただきます。

【持ち物】 水分

体操終了後、下記も併せて開催致します。

＊お困りごと相談会＊包括支援センター 秦泉寺さん

＊健康相談＊島立地区担当保健師 片桐さん

＊生活支援員 松崎さんより お知らせ



☺ 茶話会も行います ☺

お誘いあって、お出かけください♪ (申し込み不要)

島立福祉ひろば 48-5168