

12月の教室案内

骨折転倒予防教室

12月15日(金)

時間：13:30～14:30

会場：七日市公民館

持ってくるもの：①よしか・元気ノート

②動きやすい室内履き

③飲み物など

今年度の骨折転倒予防教室は『棒体操』で、柔軟性やバランス力を向上し
“転倒しないからだづくり”を目指します!

からだ爽快教室 お楽しみ会

12月22日(金)

時間：13:30～15:00

会場：福祉センター（六日市）

持ってくるもの：①よしか・元気ノート

②動きやすい室内履き

③飲み物など

要申込

年に一度のお楽しみ会♪青山譲二さんのミニコンサートや
抽選会など、楽しい企画を考えてお待ちしております!
準備の都合上、なるべくお早めにお申込みください。



引き続き、感染予防対策を行いながら開催いたします。

体調が悪い時は、参加をお控えください。



ご予約
お願いしま

ご自身で来られる方は前日までに、
送迎を希望される場合は3日前までに
お申し込みください。



お申し込み・お問い合わせは・・・

平日 8:15～17:15

☎77-3123

吉賀町地域包括支援センター

【担当】松本・森下