3月の教室案内

骨折転倒予防教室

3月7日(木)

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

『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”を目指しましょう！

振替開催

からだ爽快教室　お楽しみ会

要申込

3月28日(木)

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

12月に大雪で中止になった、お楽しみ会の振替開催です！
青山譲二さんのミニコンサートや抽選会など、楽しい企画が盛り沢山♪
準備の都合上、なるべくお早目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
お願いします！

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