



# 6月の教室案内



## 骨折転倒予防教室

6月13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 棒体操の棒（貸出もあります）

④ 飲み物など

今年度も『棒体操』をメインに、“転倒しないからだづくり”を目指します！

## からだ爽快教室 6月28日(金)

時間：13:30～14:30

会場：福祉センター（六日市）

福祉センターは土足で  
入れるようになったため  
室内履きは不要です

持ってくるもの：① よしか・元気ノート

② 飲み物など

6月のゲスト講師は吉賀町レクリエーション協会の師井志延さんです。

楽しく体を動かして、たくさん笑いましょう♪

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

