

「やすらぎの里 講演会」のご案内

—介護予防講座—

今年は、高齢者を対象にした介護予防講座を開催します。

高齢者の皆様が「いきいきと楽しく」暮らしていけるように健康管理について学びませんか？

【日 時】 **11月5日(土)** 13時30分～14時30分 【定 員】 25名(申込み受付10月11日～)

【場 所】 宮野やすらぎの里 洋間2・和室(中恋路) 定員になり次第〆切

【講 師】 えびす 患比須 かつみ 勝美(健康運動指導士)

【申し込み】 宮野やすらぎの里(Tel083-928-8253)

【内 容】 高齢者の健康管理

受付時間9時～17時

【参加費】 無料

※来場の際はマスク着用の上、検温にご協力ください。

コロナウイルス感染状況等により、開催を見合わせる場合もあります。ご了承ください。



元気な高齢者