

第1回はつらつ健康セミナー

元気なうちから介護予防の意識を高めましょう！
今回は理学療法士と一緒に元気な脳と足腰作りをします。

- 日程：8月22日・29日（木曜日・全2回）
時間：午前10時～午前11時
場所：総合福祉センター 大ホール
対象：市内在住の60歳以上の方または障がい者
定員：20人 ※定員を超えた場合は抽選
内容：理学療法士指導による軽運動やストレッチ等
講師：東海記念病院 理学療法士
費用：無料
持ち物：運動しやすい服装、タオル、水分補給用飲み物



往復はがき、又はメールにて
申込み：①講座名、②住所、③氏名、④年齢、⑤電話番号
⑥障がいの有無を記入してお申込みください。

《7月23日（火）必着》



〔申込み・問合せ〕

春日井市総合福祉センター

〒486-0857 春日井市浅山町1丁目2番61号

電話：0568-84-3611 Fax：0568-84-3933

メールアドレス

soufuku_kouza@haru-syafuku.or.jp