



わんらぶ

ご参加
無料

～わんらぶ(One Love)は全世界の人を愛し尊重することを表します～

時間: 10時～ 場所: 登町住民センター

(うえだ下田部病院前)

9月16日第一回目が行われました。
たくさんのご参加いただき誠に
ありがとうございました。
今後も様々な催しを企画しております。
初めての方もお気軽にご参加ください。



健康体操 第2回

10月28日(土)

「♪楽しく行う♪

頭の体操」

楽しく脳を働かせて活性化!

講師: 言語聴覚士・久保先生



健康体操 第3回

11月18日(土)

「自宅でも出来る♪

自重エクササイズ」

道具も使わずに自宅で簡単♪

講師: 理学療法士・作業療法士



♪託児所あります♪

健康体操 第4回

12月16日(土)

「やってみよう♪

コグニサイズ」

～認知症と転倒の予防～

講師: 理学療法士・作業療法士



お問い合わせ先電話番号

072-661-6688

072-676-2011

(下田部健康を守る会) (介護老人保健施設ふれあい)
平日9:00～16:00 平日9:00～16:00

サロン・相談室は今後も開催!

介護や医療、健康診断等に関するご質問全て承ります。

お気軽にお越しください。



- ・体操終了後、休憩スペースあります。(お茶菓子あり)
- ・左記、健和会グループパンフレット案内。
- ・各種説明・相談・情報交換などなどお気軽に♪

