



わんらぶ

～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)

残暑が厳しい中、皆様いかがお過ごしでしょうか。
暑い暑い夏が終われば食欲の秋がやってまいります。
あれも食べたいこれも食べたい、でもカロリーが…
そんな時はわんらぶに参加して楽しく体操をして
元気にカロリーを燃やしましょう！！

ご参加
無料だニャン



第25回 9月21日

わんらぶでフレイルを
予防する

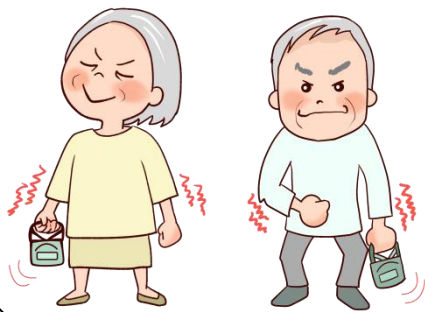
～フレイルとは何か～



第26回 10月19日

見つめ直そう
自分の体

～体力測定Part2～



第27回 11月16日

コグニサイズ
SPECIAL

(スペシャル)

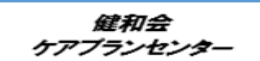
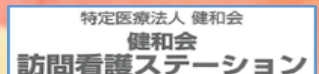
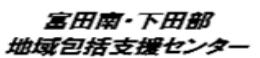


お問い合わせ先電話番号

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



※地域連携の一環として
スーパー「マルヨシ」様
「千寿庵」様にも
ご協力頂いております。

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♪

