

介護リフレッシュ教室ご案内

在宅で高齢者の介護をされているご家族の皆様、同じように介護をしている方で集まりましょう。



今年度1回目は「健康体操」です。今回は健康運動指導士の先生をお迎えし体を動かしてリフレッシュする時間を持ちたいと思っています。

皆様のご参加をお待ちしています。

★感染予防のため、マスク着用をお願いいたします。



日 時 令和4年6月16日(木)13時30分～15時

場 所 しかわせの村在宅支援センター相談室

(しかわせの村内 リハ神戸1階)

※正面右奥 通用口をご利用ください

内 容 ① 健康体操(チェアエクササイズ)

② おしゃべりの会

お申込み・お問い合わせ

しかわせの村あんしんすこやかセンター

☎743-8208 Fax743-8305 福崎・笹本