

楽しい体操教室

皆さんと一緒に体操をしながら脳・身体の活性化を図りましょう。

場所：土支田地域集会所(1階)

土支田2-40-21(ライフ隣)

★講師：柳田 美和先生 (介護予防運動指導員)

平成30年度日程表

日	時間
4月18日 (第3水曜日)	午後2時～午後3時
5月16日 (第3水曜日)	午後2時～午後3時
6月20日 (第3水曜日)	午後2時～午後3時
7月18日 (第3水曜日)	午後2時～午後3時
8月29日 (第5水曜日)	午後2時～午後3時
9月19日 (第3水曜日)	午後2時～午後3時

※当日は忘れず水分・タオル等ご持参下さい。

※安全の為、かかとのある履き物のご用意をお願いします。

【問い合わせ先】

高松在宅介護支援センター

電話：03-5372-6064