

介護予防事業

介護予防教室を開催します！

介護を必要とせずに、自立した生活を長く送るためには元気なうちから体力づくりを行うことが大切になってきます。介護予防教室では理学療法士による介護予防に関する話や、椅子に座った状態での体操を行いますので、お気軽にご参加ください。

日時：令和6年12月16日（月）

10時00分～11時30分

場所：下高野二区公民館



皆様のご参加を心よりお待ちしております♪

◆お問い合わせ先◆

保険健康課 香春町地域包括支援センター

 0947-32-2855

飲み物は各自
ご持参ください。