

65歳以上の方対象～宇治市幸齢者健康教室



あつまれ元気の森

楽しく介護予防しましょう

日程

R8年10月～R9年3月

時間

第1又は第2金曜14時～15時半

場所

東宇治地域福祉センター

住所

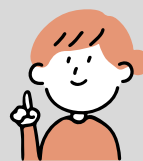
宇治市五ヶ庄折坂5-149

参加費

無料

- ・動きやすい服装でお越しください
- ・簡単な運動を行うため、タオルと飲み物をご持参ください

講師



ばんどう みかこ

阪東 美可子
理学療法士

楽しい体操と
なるほど！の
介護予防のお話

お
申
込
み

東宇治南地域包括支援センター

〒611-0011 宇治市五ヶ庄折坂5-149



0774-38-1250

申込締切

R8年9月1日(火)～9月11日(金)

- ・ご来館によるお申込みも受け付けております。
- ・申し込み多数の場合は抽選となります。

予定表

10月2日(金)14時～15時半

11月6日(金)14時～15時半

12月4日(金)14時～15時半

1月8日(金)14時～15時半

2月5日(金)14時～15時半

3月5日(金)14時～15時半