



第15回 らくらく！ オリオン 介護教室

介護予防体操で、「目指せ、健康なからだ作り！」
楽しく、気軽にできる運動に
みなさんで、チャレンジしてみませんか？

☆ **テーマ** 『介護予防運動と食事の大切さ』
* 終了後に、カフェ(茶話会)も予定しています。

☆ **日時** 令和元年 **9月11日** (水) 10時～11時

☆ **会場** 片平ふれあいセンター
(2階 農村交流センター 第1・2洋室)

☆ **講師** オリオン リハビリスタッフ (理学療法士)

☆ **参加費** **無料**です！



お子様連れも
大歓迎！😊

美味しいお菓子、
飲み物でほっと
一息しませんか？



☆参加ご希望の方はお気軽に下記までご連絡ください☆

会場案内図



【お申込み・お問い合わせはこちら】

介護老人保健施設

オリオン

TEL : (024) 952-6413
相談室 谷井・渡部 まで

当日の参加も、可能です！
みなさまのご参加お待ちしております！