

みんなで ピンシヤン



～動けるカラダプロジェクト～



運動、栄養、口腔、認知症予防の4つの講座で
いつまでも動けるカラダをつくりましょう。



会場：原市場福祉センター

時間：各回 14時～15時

日時	内容
R 8年5月13日(水)	認知症予防講座
R 8年5月27日(水)	栄養講座
R 8年6月10日(水)	口腔講座
R 8年6月24日(水)	運動講座

費用：無料

定員：30名（申込み順）

＊申込みは各回、1か月前から開始

対象：市内在住概ね60歳以上の方

持ち物：筆記用具、めがね(必要な方)、飲み物

運動講座のみ 動きやすい上履き タオル

申込み・問い合わせ：地域包括支援センターいなり町

電話：042-980-5043

