

回覧

サロン『きずな』

日時 : 2月1日(土) 10:00~11:00

場所 : 石部南まちづくりセンター

内容 : **こうして人は老いていく**

「衰えていく体との上手な付き合い方」

- ・ ウォーキングだけでは寝たきりは防げない!
- ・ 老化を防ぐためのリハビリとは
- ・ 老化を防ぐためのセルフリハとは

講師 : 土居 憲昭さん (まち協事務局長)

参加費 : 無料

健康に気を付けて長生きしましょう!

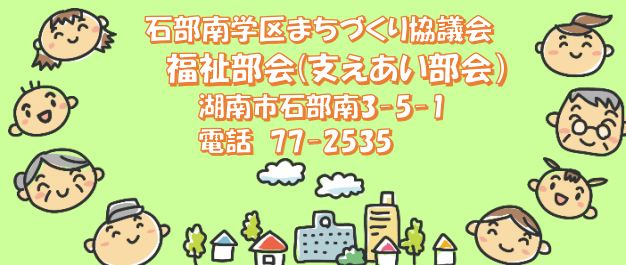
広げよう! おたがいさま!!

参加希望の方は、下記にご記入下さい

申込みがない場合も返却して下さい

名前	住所	電話番号

気になる人、気にかけている人を繋ぐ役割をしています



石部南学区まちづくり協議会
福祉部会(支えあい部会)
湖南省石部南3-5-1
電話 77-2535

ご近所から孤立を生まないように、昔ながらのお付き合いをしましょう!