

参加費無料

地域で楽しく介護予防に取り組もう！

健康教室

60歳以上の高齢者なら誰でも参加できます！

介護予防には、運動・栄養・お口の働きが大切です。

参加費は無料で、専門職が運動を教えてください

身体が喜ぶ食事の話が聞けて、とってもためになる教室です。

日時 11月10日(木) 10時～11時 運動

11時～12時 食事

場所 鷹取ふれあいプラザ

(福山市草戸町3丁目9-3 084-924-7570)

内容 運動・食に関する教室

講師 大田記念病院通所リハビリ (作業療法士・運動指導士)

栄養課 (管理栄養士)



※注意事項※

次の時点で「暴風警報」「大雨警報」「洪水警報」のいずれか一つでも発令された場合は、教室は中止となります。

- ・午前実施の場合は、午前7時時点
- ・午後実施の場合は、午前10時時点

〔お問合せ〕

脳神経センター 大田記念病院

通所リハビリテーション担当：赤繁、檀田

TEL (084) 928-3199

福山市高齢者支援課

928-1065