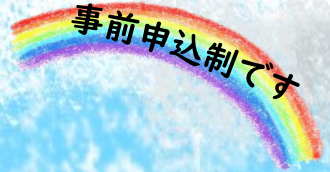


令和6年度 宇治市幸齢者健康づくり教室

あつまれ **元 気** の **森**



- ・参加の際は、マスクの装着と手洗い・手指消毒にご協力をお願いします。
- ・体操を中心に脳活性や介護予防をおこないます。
- ・10月から3月までの全6回です。



申込期間：9月2日(月) ~ 9月13日(金)

場所：東宇治地域福祉センター
宇治市五ヶ庄折坂5-149
定員20名

第1金曜日
午後2時~3時半

10月4日(金)

11月1日(金)

12月6日(金)

1月10日(金)
※年始のため第2週に変更

2月7日(金)

3月7日(金)

内容

理学療法士：阪東美可子先生
による体操とお話。
みんなで楽しく介護予防をしま
しょう。

※半年間、全6回です。

※新型コロナウイルス感染状況
によっては急遽中止または変更
となる場合があります。
参加当日はマスク着用・検温を
お願いしています。



- ・費用：無料
- ・対象者：65歳以上の宇治市民
- ・駐車場はありませんのでお車でのご来場はご遠慮下さい

【受付方法】

9月2日(月) 9:00~

電話か来所にて下記地域包括支援センターへお申込み下さい。

申し込み多数の場合は抽選により決定致します。

※受講の可否は9月中にご連絡いたします。

詳しくは東宇治南地域包括支援センターまでお問合せ下さい

ご応募お待ちしております！



電話：38-1250