

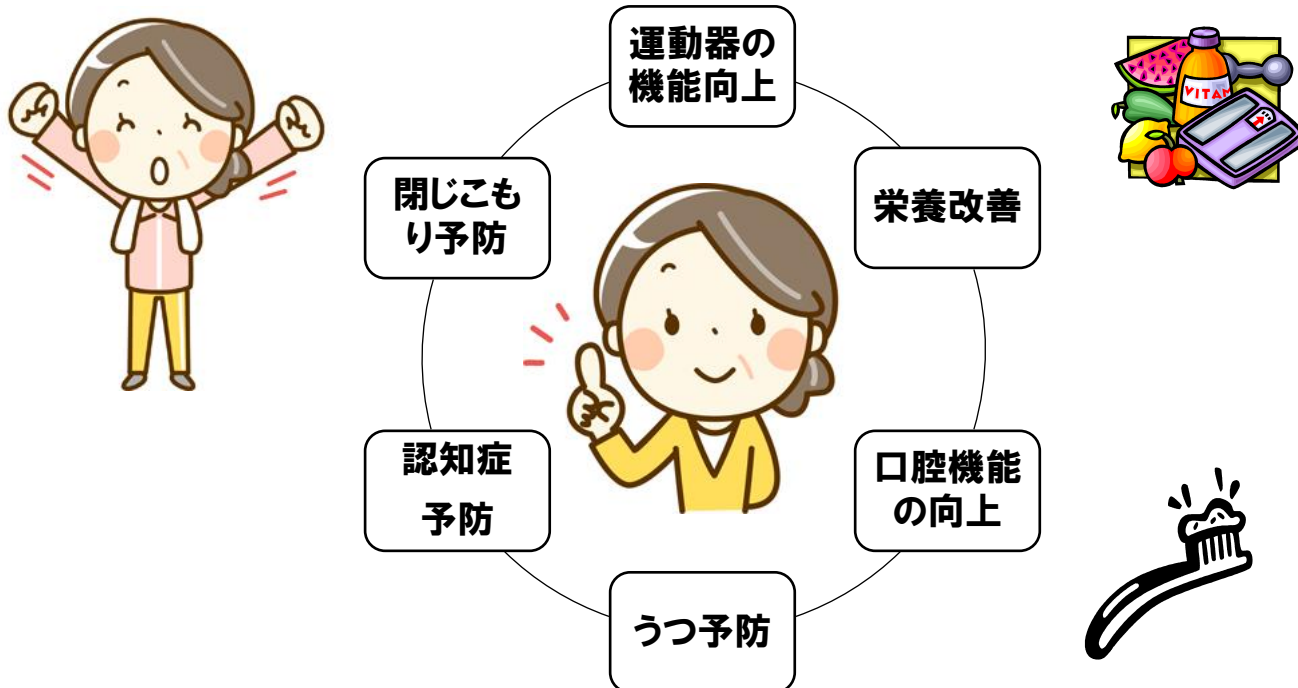
参加無料

5月号広報掲載

# ～ みんなで介護予防教室 ～

いつまでも、いきいきと自分らしく暮らしていくために

## 介護予防に取り組みませんか?!



日時：令和8年5月25日、6月1日、8日、22日、29日、7月6日(計6回)  
月曜日の午後2時～3時30分(受付は午後1時45分～)

会場：市立保健福祉センター 4階 健康指導室

対象：65歳以上の市民で、介護予防の取組をしたい人

定員：20人(申込順)

内容：軽い体操・頭の体操・介護予防に関する講話など

持ち物等：筆記用具、水分補給のためのお茶またはお水

運動できる服装でお越しください。

申込：5月1日(金)～5月18日(月)※定員になり次第、締め切ります。

申込:寝屋川市 福祉部 高齢介護室 地域支援担当

TEL:072-838-0372 FAX:072-838-0102