

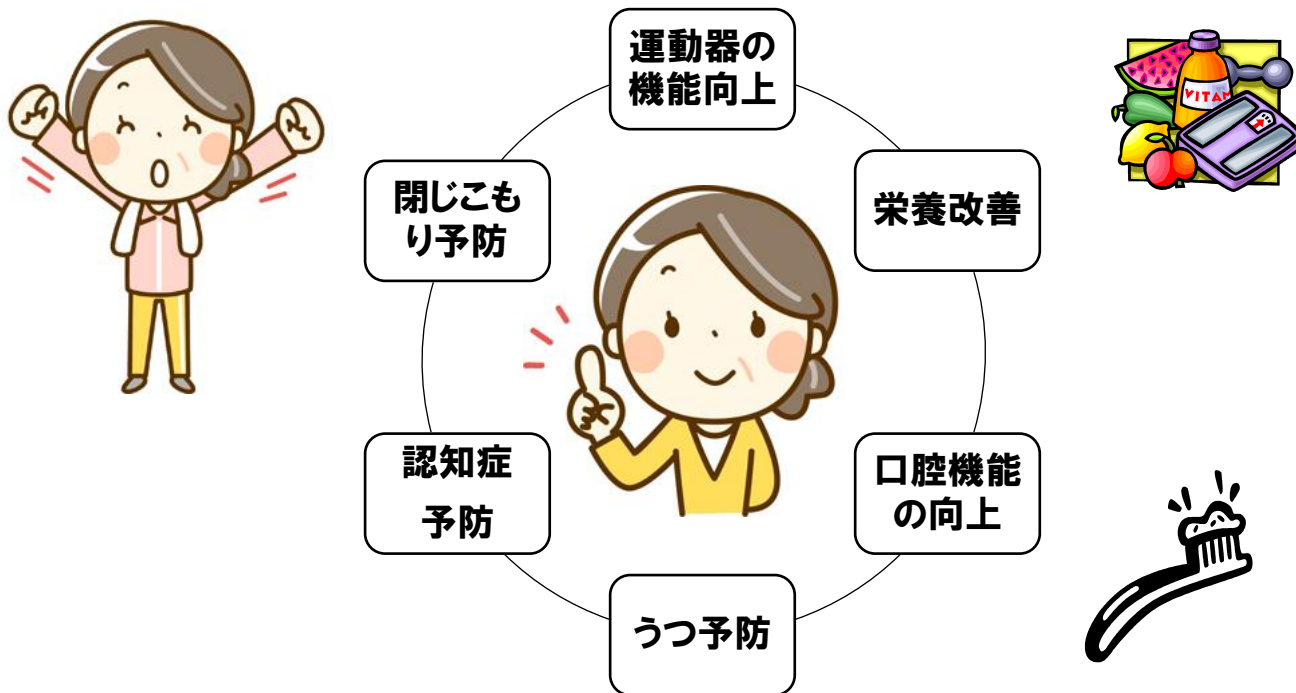
参加無料

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7年5月30日、6月6日、13日、20日、27日、7月4日（計6回）

金曜日の午前10時～11時30分（受付は午前9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）

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：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

※5月16日（金）までにお申し込みください。