

～ 介護予防 ～  
いきいき教室

回 覧

## 健康について学び 身体を動かそう!!

日 時：令和6年9月20日（金）

午後1時30分 ～ 午後3時30分

会 場：遠藤市民センター 2階 第1談話室

内 容：健康について学び、身体を動かそう

～健康について学び、また軽い体操やゲームを

楽しみながら、身体を動かしましょう～

対 象：おおむね65歳以上の方で、ご自身で

遠藤市民センターまでお越しになれる方

定 員：先着15名

参加費：無料

お申し込み：遠藤市民センターに電話または、直接窓口でお申し込み

お問い合わせ：遠藤市民センター（87-3009）

地域担当まで

共催：遠藤地区社会福祉協議会・芭蕉苑介護老人福祉施設