

会場 ウエルビューいずみ1階交流プラザ

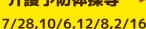
対象:65歳以上で

自力での参加が可能な方



内容1

体力測定: 介護予防体操等



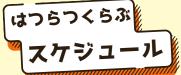
青竹ふみ、 座・フィットネス等

8/11,9/8,12/22,1/19

内容3

歌唱、回想法、 茶話会等

8/25,9/22,1/5,2/2



下記日程で開催予定です 欠席なく参加できる方を 優先します





17-ル目 定員20名

7/28(月) 10:00~ 8/11(月) 10:00~ 8/25(月) 10:00~

9/8(月) 10:00~

9/22(月) 10:00~

10/6(月) 10:00~

27ール目 定員20名

12/8(月) 10:00~ 12/22(月) 10:00~ 1/5(月) 10:00~ 1/19(月) 10:00~ 2/2(月) 10:00~ 2/16(月) 10:00~

講師 内容1: 体力測定·

介護予防体操等

7/28,10/6 秋田大学大学院作業療法士 <u>小玉鮎人氏 12/8,2/16中通リハビリテ</u>

ーション病院理学療法士 安田康星氏

内容2:青竹ふみ、座・フィットネス、

美ューティBodyWave等

フィットネスインストラクター

保坂公美氏

内容3:歌唱、回想法、茶話会等

泉地域包括支援センター職員

17ール目と27ール目のどちらかに

お申込みいただけます

どちらのケールに申し込みかお伝えください

泉地域包括支援センター リンデンバウム 営業時間:8:30-17:00 | 定休:日曜日

2 896-5960

担当:佐々木

e-mail:izumi-houkatsu@pure.ocn.ne.jp QRコードを読み取りするとホームページへ

