

伊勢原北部地域包括支援センター 一般介護予防教室

元気応援講座☆体操編

訪問リハビリテーションなどで活躍中のリハビリの専門職が講師となり、馴染みのある動きで楽しく継続できる運動を提案します。運動や外出の機会が少なくなった65歳以上の方、お気軽にご参加ください。

<開催日程>

すべて水曜日 10時30分～11時30分

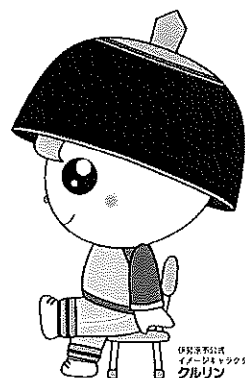
10月15日（水）・10月29日（水）

11月12日（水）・11月26日（水）

12月10日（水）・12月24日（水）

1月14日（水）・1月28日（水）

2月25日（水）・3月11日（水）



<開催場所>

成瀬公民館 集会室

参加費 無料
定員15名程度
事前申し込み制

お問い合わせ
申し込み

伊勢原北部地域包括支援センター
電話：0463-75-8085