

元気一番！介護予防講座
地域で取り組む介護予防！



☆目指そう！！筋力キープ！筋力アップ！楽しく脳トレ☆

わくわく健活クラブ (是政1丁目)

日時 ~~令和4年6月28日火曜日~~

※都合により日程を変更いたしました。
大変、申し訳ありません。

(変更日) 令和4年6月21日火曜日

午前10時00分～10時45分

場所 是政1丁目公会堂

講師 府中市地域包括支援センター職員

持ち物 水分補給用の飲み物 マスク

フェイスタオル

筆記用具

定員 15名 (申込制)

参加費 **無料**

対象 おおむね65歳以上の府中市民



※お申込みは月～土曜日の9:30～17:00にお願いします。

※体温、健康チェックをしてお越しください。

※ご不明な点は、お気軽にお問合せください。

申込先: 府中市地域包括支援センターこれまさ

☎ 042-314-0451 担当: ふるはた