

介護予防教室

高槻中央地域包括支援センターは、介護予防教室を通して「体をうごかす機会を増やしたい」「自分で体操グループをつくってみようかな」など、様々な皆様のニーズにご協力させていただきます。下記の内容で開催いたしますので、ご参加お待ちしております。

令和7年 1月15日(水)

9:45 受付 10:00~11:25

10:00~11:25

講話と体操

「デュアルタスクで身体と頭を活性化！」

講師：リハビリディスターション mujyur/
AMORIA 鍼灸院

松葉将吾様



場 所：愛仁会リハビリテーション病院3階 ふれあい広場

持ち物：飲み物・動きやすい靴、服装・タオル

健康パスポート（お持ちの方）※健康パスポートのポイント対象

参加費：無料

定 員：35人（定員になり次第締め切ります）

☆申し込み方法

- ・ 12月24日(火) 10時から電話による受付を開始いたします（※切 1月9日 12:00）
- ・ 体調のすぐれない時は無理に参加しないようにしてください
- ・ 当日は申し込みされた方のみ参加となりますのでご了承ください

申込先 高槻中央地域包括支援センター

072-676-9522

月～土 午前9時～午後5時

※愛仁会リハビリテーション病院では受付を行っておりません