

元気応援くらぶ

高槻中央地域包括支援センターは、講座と体操を通して「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 8 年 3 月 18 日（水）

9：45 受付 10：00～11：25

10：00～10：30

「カラダは食べた物からできている」

講師：株式会社 明治 食育担当様

10：40～11：25

「みんなで楽しく♪ますます元気体操」

講師：高槻中央地域包括支援センター職員



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
健幸パスポート（お持ちの方）

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

- ・3月4日（水）10時から電話による受付を開始いたします（※切 3月13日12:00）
- ・体調のすぐれない方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だけの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