

第1回 道の駅介護予防教室風景

4月



プログラム内容

平成29年4月28日開催

- ◆ 講演：消費者トラブル 講師：周南市消費生活センター
- ◆ 体力測定（血圧測定・開眼片足立ち・握力・5メートル歩行）
- ◆ エクササイズ
- ◆ ～山口弁～ラジオ体操



西部地域包括支援センター ☎62-6301
高齢者相談コーナー ☎83-2277