

道の駅介護予防教室

のお知らせ

第2回

開催日時 平成29年5月26日(金) 10:00~12:00

開催場所 道の駅ソレーネ周南 研修室

プログラム ◆10:00~11:00

講演 歯・口腔について

周南市健康づくり推進課 歯科衛生士

◆11:00~12:00

口腔体操

噛むカテスト

ラジオ体操

介護予防エクササイズ

血圧測定

介護相談 など



参加費無料（定員30名程度）
定員に限りがございますので
お早めにお問い合わせください。
☆男性参加者 大歓迎です。



※体操のできる服装や靴でお越しください。
※タオルやお飲み物のご持参をお願いします。

《毎月第4金曜日開催 6月の予定》

日時：6月23日(金) 10:00~12:00

講演：介護保険・総合事業について

周南西部地域包括支援センター

◇問い合わせ先◇

西部地域包括支援センター ☎62-6301

道の駅高齢者相談コーナー ☎83-2277