

道の駅

参加無料

第4回

介護予防教室

日時：平成29年7月28日(金)

10:00~12:00

場所：ソレーネ周南 研修室

◎10:00~

講演：「健診について」

講師：周南市健康づくり推進課

◎11:00~

♥BMI測定 ♥血圧測定

♥介護相談

♥山口弁ラジオ体操

♥介護予防エクササイズ など



毎月第4金曜日(次回8月25日開催)

講演：認知症サポーター講座

講師：西部地域包括支援センター職員



※汗ふきタオル、飲み物持参。動きやすい服装で参加ください。
定員30名です。お早めにご予約ください。

お問い合わせ

周南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