

百歳体操

対象:どなたでも【定員15名】

運動不足になりがちの方にも気軽に始めて頂け、健康増進を図る百歳体操をご案内します。

ご自宅でも安全に行って頂ける体操ですので是非覚えて帰ってご自宅でも継続してくださいね。

講師:社会福祉法人あさか会
理学療法士 橋口 信也

しっかり動かして
いつまでも元気な
体を作りましょう!

2016年11月12日(土)
13:00~14:00 受講は無料です

このセミナーは、独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業の一貫としてWAM助成金により運営されています。
提供された個人情報、講座運営に関わるお問い合わせ、お知らせ等に使用し、他の目的では使用いたしません。



お申し込みは、お電話・WEB申込フォーム・来館で受け付けております【先着順にて受付】

主催:一般社団法人 大阪市よさみ人権協会

共催:社福)大阪市住吉区社会福祉協議会・社福)あさか会

会場:住吉区在宅サービスセンター2階

〒558-0021 大阪市住吉区浅香1丁目8-47

お申し込み
お電話番号

06-6697-3331

WEB申込

<http://www.yosami-hr.com>

ご来館申込

大阪市よさみ人権協会事務所まで(平日9時~17時)

次回(12月8日)は嚥下のしくみと正しい介護食を予定しております。

