

介護予防教室



参加費無料

好きなものだけの参加でもOK!!

楽しく学ぼう

1

日時：10月19日（木） 13:30～15:00
 テーマ：口腔機能の向上について ～ 口腔ケアを学ぼう ～
 （歯ブラシをお持ち頂き個別で相談もできます）
 講師：ひまわり歯科 歯科技工士 森住 浩二 先生



2

日時：11月2日（木） 13:30～15:00
 テーマ：おなか元気教室 ～ 低栄養予防の為に～
 講師：厚木ヤクルト販売株式会社
 ヤクルト学術おなかマスター 岩崎 友紀 先生



3

日時：11月17日（金） 13:00～14:30
 テーマ：いきいき元気アップ教室 ～ 楽しく運動～
 講師：(株)ルネサンス
 介護予防運動指導員 早川 美雪 先生



場所：第5SKビル2階 大会議室（淵野辺3-3-6）

対象：大野北地域にお住いのおおむね65歳以上の方

定員：各回 先着30名

持ち物：水分やタオルなど

9月11日（月）より受付開始

※締め切りは各開催日の
1週間前になります。

※1回のみ参加も、3回すべての参加もOKです。お電話でお申し込み下さい。

🎵 お申し込み・お問い合わせ 🎵

大野北第1地域包括支援センター 担当：芝原・山本・今枝

☎ 042(704)9551

受付時間：月曜から土曜 午前9時～午後5時