

回 覧

町民のみなさまへ

作業療法士による

体操教室の開催について

高齢者のみなさまが、いつまでも元気で生活していけるよう、体操教室を実施しています！



対象者は65歳以上の高森町民の方です



【高森町観光交流センター】

【上色見総合センター】

日時：毎月第4月曜日

日時：毎月第2月曜日

時間：10時00分から12時00分

時間：10時00分から12時00分

募集定員 20名

募集定員 10名

受講料は無料です！

申し込み方法 下記連絡先にご連絡ください。

申込期限 平成30年5月14日（月）

※都合により日程・場所が変更になる場合があります。
※送迎は行っておりません。



講師はTPC「なんさま体操」でおなじみの中山先生です！運動を習慣にすることは介護予防にもなります。一緒に体操をしてみませんか？



申込先
高森町役場健康推進課介護保険係
TEL：62-1111（内線123）