

ゆいの里 地域向け リハビリセミナー

リハビリ専門職がお届けする 健康なカラダづくり



参加無料

ご予約不要

ほぼ毎月開催！！

第①回 2023年5月26日(金) 14:00~15:00

テーマ：長く健康で生きるために

～健康維持のコツと体力測定～

第②回 2023年6月16日(金) 14:00~15:00

テーマ：若々しく生きるコツ ～姿勢の大切さについて～

第③回 2023年7月21日(金) 14:00~15:00

テーマ：健康寿命を10年延ばそう教室

～物忘れ防止×転倒予防編～

第④回 2023年8月18日(金) 14:00~15:00

テーマ：腰痛予防

～毎日10分自宅でできるお手軽体操～

第⑤回 2023年9月15日(金) 14:00~15:00

テーマ：100歳まで歩く

～足と靴の大事な関係について～

会場

地域交流ホームゆい

(守山市笠原町1313-1)

ゆいの里地域福祉推進室

077-585-4533

担当：横山

お問い合わせは
こちらへ

営業中

気まぐれマルシェ

毎週月火木金

格安ランチ・喫茶あり☑

