

平成30年度「笑顔いきいき☆介護予防講座」

開催のご案内

「笑顔いきいき☆介護予防講座」を開催します。

「もし、介護が必要になったらどうしよう。」

「最近、つまづきやすくなったけれど、大丈夫かな。」

「外に出掛けるのが面倒だなあ。これからどうしよう。」 等

そのような不安や身体の状態を最小限に抑える取組み

心身の衰えを予防・回復する取組み

それが『介護予防』です。



一緒に、介護予防について、学びませんか。

ご家族やお友達と気軽にご参加ください。



お待ちしております。

詳細は、裏面をご参照下さい。