

## 一般介護予防事業「ゆるリラ講座（りすた第2クール）」開催のお知らせ

足・腰、認知機能などが衰えはじめたと感じている、高齢者のかた向けの事業のお知らせです。

介護が必要とならないよう、専門の講師が軽運動と認知機能を維持向上するためのプログラムを実施します。

会場・日程は下記のとおりです。

なお、新型コロナウイルス感染拡大防止のため**定員がありますので、必ず事前に電話で申し込みください。**

場所	実施日	曜日	開催時間	申込締切	交通
りすた (定員40名)	令和4年11月30日	水	午後1:30~3:00 (受付1:00~)	令和4年11月25日	夕鉄バス 石炭博物館発「りすた」12:04着 新夕張駅前発12:01着  詳しくは夕鉄バス時刻表をご覧ください。
	令和4年12月7日				
	令和4年12月14日				
	令和4年12月21日				
	令和4年12月28日				

※新型コロナウイルスの影響により開催中止となる場合は、別途お知らせします。

※参加者は事前に体温を計測し、37.5℃以上ある方や風邪症状などの体調不良がある方は、参加をお控えください。

※対象：夕張市民

持ち物：汗ふきタオル、飲み物

服装：マスク着用、動きやすい服装

料金 無料

※今後の開催予定につきましては随時、広報でお知らせします。

【申込・問い合わせ先】

市 包括支援係 ☎52-3107