

『介護予防ゆるりラ講座』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。

今後の実施日程は次のとおりです。3密（密集・密接・密閉）を避けるため**定員がございますので、必ず事前にお電話でお申し込みください。お申込みのない参加は受付できません。**

○地域巡回型の講座

場所	実施日	曜日	開催時間	申込締切
紅葉山会館 (定員15名)	1回目 令和2年9月3日	木	午前10:00～11:30	令和2年8月28日
	2回目 令和2年9月17日			
真谷地集会所 (定員15名)	1回目 令和2年9月10日	木	午前10:00～11:30	令和2年9月4日
	2回目 令和2年10月8日			
末広集会所 (定員15名)	1回目 令和2年9月29日	火	午前10:00～11:30	令和2年9月24日
	2回目 令和2年10月13日			

※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等の体調不良がある場合は、参加をお控えください。

※新型コロナウイルスの影響により開催中止となる場合には、別途お知らせ致します。

また、末広集会所・紅葉山会館は葬儀等で使用出来ない場合は中止となります。

※対象：夕張市民

※当日の受付は開催30分前からです。

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

【申込・問い合わせ先】

保健福祉課 包括支援係 ☎ 5 2 - 3 1 0 7