

いろいろなテーマで
毎月開催予定!

～出張介護予防講座～

続・たまぷら元気塾

認知症予防脳トシと



姿勢の測定会

講師: ガイアリハビリ訪問看護ステーション

理学療法士 鈴木拓海先生

楽しい脳トシで頭の体操 “ゆがみーる” で姿勢の測定

動きやすい服装でお越し下さい

5月26日(木) <13:30~15:00>

場 所 宮元自治会館 2階 (鷲神社のとなりです)

対象者 横浜市在住 おおむね65才以上の方

参加費 無料 定員 20名 (先着順)

《お申込み・お問い合わせ》

横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ地域包括支援センター

電話・窓口にて受付 (担当 中村) TEL 045-910-5211