

平成29年度 第3回 介護予防事業ボランティア研修会

宇治市福祉
サービス公社主

いつまでも自分らしく！

転倒予防の体操講座



日時：平成30年1月18日（木）

午後2時～4時

会場：うじ安心館 3階ホール

（宇治市役所向かい）

講師：高田 治夫

阪東 美可子（理学療法士）

参加費：無料



皆様の健康維持に役立つ転倒予防のためのポイント、動きやすい身体作りやロコモティブシンドロームについて知っていただき、日々のボランティア活動に役立てていただけたらと思います。ボランティアをしている方、ボランティアに興味のある方が対象の研修会ですが、テーマに関心のある方のご参加も歓迎します。

お問い合わせ先 （一財）宇治市福祉サービス公社 介護予防サポートセンター ☎ 0774-28-3160

※当日参加も可能ですが、資料準備の関係上、出来るだけ事前申し込みをよろしくお願い致します。