



介護教室のご案内

テーマ

「身近なものを活用して体操をしよう
～高齢者向け棒体操」

日時：令和7年3月22日(土)
14:00～

場所：ひかり老人保健施設
1階 研修室

参加ご希望の方は、会場準備の都合がございますので、
誠にお手数ですがお申込み用紙に必要事項をご記入のうえ、
3月20日(木)までに1階受付へご提出ください。

途中参加、退室も可能ですのでお気軽にご参加ください。
1時間程度の予定ですが、終了後は自由にお話できる
時間もございます。

