

第3回健康体操教室のご案内

デイサービスセンターみなとの丘

3/30日、第2回健康体操教室を実施致しました。

参加頂いた皆様と笑いあり、きつさありの有意義な体操教室となりました。



続いて第3回の健康体操教室の開催し、もっと皆様に健康体操を知って頂き、一緒に身体を動かしたいと思っております。つきましては、以下の日程で行いますので、お忙しいとは存じますが、多数のご参加をお待ち致しております。

日時： 令和3年 4月23日(金)・26日(月)17:00~18:00

場所： デイサービスセンターみなとの丘 デイホール

内容： コロナウイルス予防体操・転倒予防体操・筋力予防体操・認知予防体操・手遊び

講師職員： 健康運動実践指導者・介護予防インストラクター・介護福祉士

杉原 実栄 (すぎはら みえ)

参加費： 無料

申し込み： 出席される方は別紙FAX用紙にてFAXをお願い致します。

参加について感染症防止対策にご協力お願い致します。

発熱、咳や鼻汁、嗅覚・味覚障害などの症状や、その他の体調不良がある場合は、参加をご遠慮下さいます様お願い致します。当日は会場受付にて検温等の体調チェックをさせていただきます。ご来場の際は、マスクの着用とアルコール消毒にご協力下さい。※コロナウイルスの感染状況によっては延期する場合があります。

デイサービスセンター みなとの丘

第3回 健康体操教室 参加申込書

締め切り:令和3年4月20日(火)

FAX :0853-66-0236

| 参加日 | 事業所名 | 氏名 |
|-----|------|----|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

お問合せ先:みなとの丘グループ

※地域連携部(グループホーム内) 担当 : 土江

出雲市小津町 23-1

電話:0853-66-0233 FAX:0853-66-0236