

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
サービス公社主催

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。