

健康寿命をのばす くらしのヒント

～いつまでも元気にすごすくらしのために～

6月29日(月)

午後1時半～3時
やよいの園 2F大広間

先着
30名

参加費は
無料です



いつまでも元気に過ごす為の暮らしのヒントを学び
実践していくことで健康寿命を伸ばしましょう！

講師：戸澤由希子氏（元中野区介護サービス事業者連絡会副会長）

対象：65歳以上の中野区在住の方

持ち物：上履き、飲み物、タオル、動きやすい服装

申込：6/8(月)～6/27(土)※日・祝日を除く

ご本人が電話または直接やよいの園へ

お問い合わせ やよいの園

開館時間：午前9時～午後5時(日祝休館)

電話：3370-9841

住所：中野区弥生町3丁目33番8号

担当：松岡・原