



# 下郷町「お元気サロン」

町では介護認定を受けていない85歳以上の高齢者の皆様が、これからも自立して安心、安全な生活が送れるよう軽体操やレクリエーションなどの介護予防教室を開催します。

●内容 ①健康チェック(脈拍、体温、血圧、酸素濃度他)

②認知症予防レクリエーション (塗り絵・カードゲーム等)

③健康の話(栄養、調理、お口の健康について)

●日時など詳細につきましては裏面をご覧ください。

●お申込み

お電話にてお気軽にお申込みください。

下郷町地域包括支援センター 0241-69-1199

担当:社会福祉士 星 佳孝(ほし よしたか)

●その他

- ・参加料は無料です。
- ・すべてに参加できなくても参加可能です。
- ・送迎も行っています。希望される方はお申込みの際にお伝えください。

