

健康アップ  リフレッシュ講座 第3回

包括支援センター

# 『青空の、ためになる話』

生活のこと・健康のこと・・・ 私たちの気になることについて  
「地域包括支援センター青空」のスタッフが楽しくアドバイスします♪



2025年

1/28(火)

10:00~12:00

★予約不要・参加無料★



- ・演劇で見てみよう！『2つの消費者被害』
- ・お口の体操、呼吸筋体操で健康な身体づくり
- ・「地域包括支援センター」ってどんなところ？

講師：地域包括支援センター 青空  
会場：小和田地区コミュニティセンター  
1階 大広間 1・2

問合せ：小和田地区コミュニティセンター

小和田 1-22-60 ☎52-9016 (9時~17時)

休館日：12/28(土)~1/4(土)・6(月)・14(火)・20(月)・27(月)



- ・体調不良の方は参加をご遠慮ください
- ・駐車場がありませんので、お車での来館はご遠慮ください