令和8年度　奥州市委託事業

第3回家族介護教室

参加者大募集！



～まだまだ元気！からだ若返り大作戦!!

令和9年1月19日（火）10:00～11:30

開催会場　**前沢健康管理総合センター：多目的ホール**

（前沢診療所内玄関入り左手側）

募集人数　**30名程度**　※参加費は**無料**。

どなたでもご参加いただけます。

内容

★胆江地区地域リハビリテーション広域支援センター

美希病院リハビリテーション科　　科長　千葉秀樹氏

講話と実際に椅子に座ってできる腰痛予防、尿漏れ防止、筋肉アップ体操など

★質疑応答

申し込みは、まえさわ地域包括支援センターへ電話での事前連絡をお願いいたします。

申し込み先　**まえさわ地域包括支援センター**（8時30分～17時30分）

〒029-4208　奥州市前沢字竹沢147番地

優愛福祉会 特別養護老人ホーム　優愛の家内

TEL:0197-34-0702　（FAX:0197-34-0703）