



第3回 家族介護教室 参加者募集！

テーマ：年筋は財産！

健康と活力を手に入れよう

令和7年2月28日（金）10：00～

開催会場

健康管理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

（応募多数の場合は抽選になります）

筋肉は
大切？
どんな動きが
いいのかな？



内容

胆江地域リハビリテーション広域支援センター
美希病院 作業療法士 千葉秀樹氏 による

～寒い時ほど**筋肉**を蓄えよう！

何歳までもマッスル！マッスル！～

別紙「参加申込用紙」に必要事項を記入のうえ、まえさわ地域包括支援センターへご持参ください。
また、電話での申し込みも承ります。

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