

いちにち健康教室

災害時に役立つ生活習慣づくり～ フレイル予防×防災



講師 大宮共立病院 理学療法士

講師 見沼区防災アドバイザー



2025 年 9 月 2 日 (火)

10:30～12:00 (受付10:00～)

【場 所】 春野老人（シニア）憩いの家（見沼区春野1-7-1）

【対 象】 地域の60歳以上の方

【定 員】 25 名

【申 込】 8 月 1 日（金）～ 8 月 30 日（土） 定員になり次第締切
直接又は電話申込可

【問合せ】 春野老人（シニア）憩いの家 TEL：048-686-6690

シニアサポートセンターさいたまやすらぎの里 TEL：048-680-3289

※ 参加料はありません

春野老人（シニア）憩いの家とシニアサポートセンターさいたまやすらぎの里の共催事業です。

