

地域で楽しく介護予防に取り組もう！

健康教室

60歳以上の高齢者なら誰でも参加できます！
介護予防には、運動・栄養・お口の働きが大切です。
参加費は無料で、専門職が運動を教えてくれたり
お口の働きを良くする話が聞けて、とってもためになる
教室です。

日時 11月11日(木) 10時から12時

場所 鷹取ふれあいプラザ

(福山市草戸町3丁目9-3 084-924-7570)

内容 運動・口腔に関する教室

講師 大田記念病院通所リハビリ

PT・運動指導士、歯科衛生士・介護福祉士

持ってくるもの お茶・タオル・動きやすい服装



※注意事項※

次の時点で「暴風警報」「大雨警報」「洪水警報」の
いずれか一つでも発令された場合は、
教室は中止となります。

- ・ 午前実施の場合は、午前7時時点
- ・ 午後実施の場合は、午前10時時点

〔お問合せ〕

脳神経センター 大田記念病院

通所リハビリテーション担当：赤繁、安倍

TEL (084) 928-3199

福山市高齢者支援課 928-1065