

きらきら長寿ときめき塾

☆全3回コース☆

① 6/22 (木) 14:00~15:30

『ロコモ・フレイル予防』 高垣 茂子 先生

② 7/3 (月) 13:30~15:00

『栄養のお話』 田村 須美子 先生

③ 7/13(木) 14:00~15:30

『お口の健康』 歯科医師 小柳 弘男 先生

会場 : 常盤台地域ケアプラザ

参加者 : 65歳以上の方

定員 : 30名 (事前にお申し込みください)

参加費 : 無料

お申し込みは6月15日(火)までにお電話を。

横浜市常盤台地域ケアプラザ 地域包括支援センター

担当 : 長井 電話 : 339-5702

