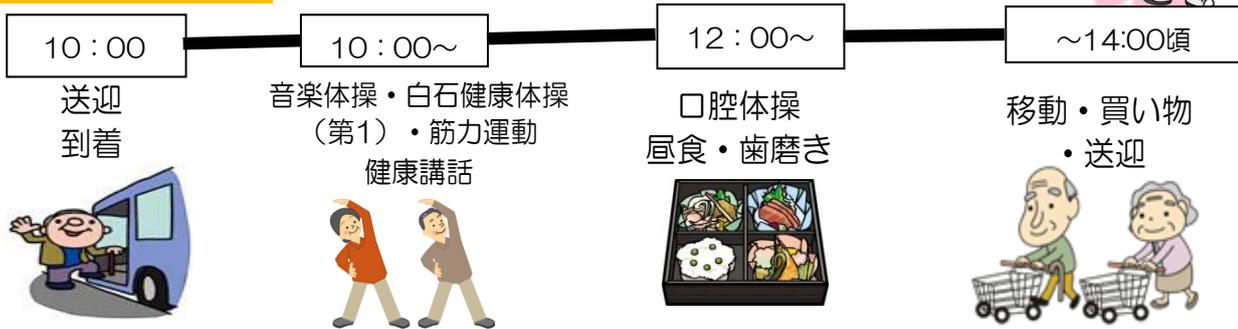


元気が出る学校

元気が出る学校は、いきいき元気に生活するためのコツを、
楽しみながら学ぶことができる介護予防教室です。

◆一日の流れ



◆対象者 65歳以上の白石町住民

◆会場 ひだまり館 (白石町大字新明2804番地2)

◆日時 毎週月曜日 10:00~14:00 この時間の前後で送迎します。

◆期間 週1回×4か月 (一人当たり全16回)
※卒業後は自費で参加可能

◆参加費 600円 (参加費: 100円 昼食500円)

◆持参する物 教室ファイル、筆記具、上履き、飲み物、汗拭きタオル、
参加費600円、買い物代金、買い物袋

◆申込先

白石町役場長寿社会課高齢者係
0952-84-7117

自宅でも簡単に出来る運動や、
頭の体操も実施します。
帰りにはお買い物もできます!

