



「研修会のお知らせ」

～肩こり・腰痛予防の体操～



○日時:令和元年 10月17日(木) 10:00～11:00

○場所:奥中山公民館

○内容 ①肩こり・腰痛予防の体操について

②生活習慣病予防の食事について



○講師:一戸町福祉部福祉課 副主幹兼主任栄養士

立花千栄子 氏



対象: 興味がある方なら、どなたでもいらしてください

定員: 20名程度

参加費: 無料

受付締切:令和元年10月7日(月)

【お問い合わせ先】 障害者支援施設 かたくり

電話・FAX 0195-35-2295

担当:野田・櫻井まで