

## 地域限定 おすすめイベント瓦版

今回は「いこい元気広場」のご紹介です。6ヶ月で健康になるための習慣が身に付く体操やミニ講話を行っています。市内在住 65歳以上の方、医師から運動を禁止されていない方、要介護1～5の認定を受けていない方であればどなたでもご利用になれます。

内 容	① 転ばない体づくりのための体操 ② 健康づくりに役立つミニ講座
開催日時	毎週木曜 10時～11時半
会 場	南河原老人いこいの家

※ ご利用は、おひとり1回6ヶ月間です。



利用から半年で卒業になるけど、新規のお友達を紹介して一緒に参加することができるキャンペーンもやってるよ!



申し込み予約は不要です。当日会場にお越し下さい。  
お問い合わせ先 明治スポーツプラザ 540-1082

## 今後開催する介護予防関連教室等の予定

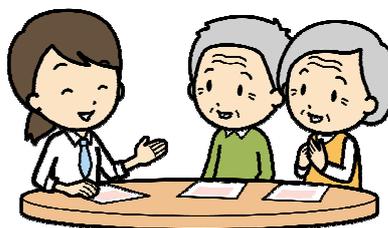
	日 時	開催行事/教室名	会 場
3月	4日(水) 10時～	ウォーキングサークル ミモザ	南河原公園 時計前
	11日(水) 10時～	介護予防の集い 南幸町会場	介護老人福祉施設 南さいわい
	<b>一時休止</b>	介護予防の集い 幸町会場	SOMPO ケア ラヴィーレ川崎
4月	3日(金) 10時～	ウォーキングサークル ミモザ	南河原公園 時計前
	15日(水) 10時～	介護予防の集い 南幸町会場	介護老人福祉施設 南さいわい
	17日(金) 14時～	介護予防の集い 幸町会場	SOMPO ケア ラヴィーレ川崎
5月	1日(金) 10時～	ウォーキングサークル ミモザ	南河原公園 時計前
	15日(金) 14時～	介護予防の集い 幸町会場	SOMPO ケア ラヴィーレ川崎
	調整中	介護予防の集い 南幸町会場	介護老人福祉施設 南さいわい

※ 掲載の各情報は、感染症予防のため中止となる場合がございます。参加の際は各連絡先へお問い合わせ下さい。

地域包括支援センターは、川崎市から委託を受けた法人が運営する、高齢者やそのご家族のための公的な相談窓口です。

**幸風苑地域包括支援センター**  
〒212-0021 川崎市幸区都町 64-1  
☎ 044-556-4355

介護等に関するご相談は、お電話、直接の来苑、訪問、メールでもお受けしています。お気軽にお問い合わせ下さい。相談は無料です。



メール相談用  
QRコード

