

泉大津市

地域支えあいフォーラム

入場
無料



わなげ × フレイル 予防

わなげのルールが
わからなくても
大丈夫！

実際にわなげを体験していただきます。
わなげには筋力やバランス能力向上、関節
可動域の維持改善効果があります。楽しみ
ながらフレイル予防をしましょう！



10.24木

定員
50名
先着順

10:00-11:30

受付 9:30~

場所

総合体育館

どなたでも
気軽にご参加
下さい！



65歳以上の方の
参加を待ってまーす！！



お問合せ

地域包括支援センター ☎0725-21-0294

〒595-0026 泉大津市東雲町9番15号（市立総合福祉センター内）

詳しくはこちらから

