

65歳以上：宇治市幸齢者健康教室

# あつまれ元気の森

楽しく介護予防しましょう

<日時と期間>

2026年4月～9月

第2金曜日

AM 10:00-11:30

※詳しい日程は裏面に記載

<会場>

東宇治地域福祉センター

(宇治市五ヶ庄折坂5-149)

理学療法士

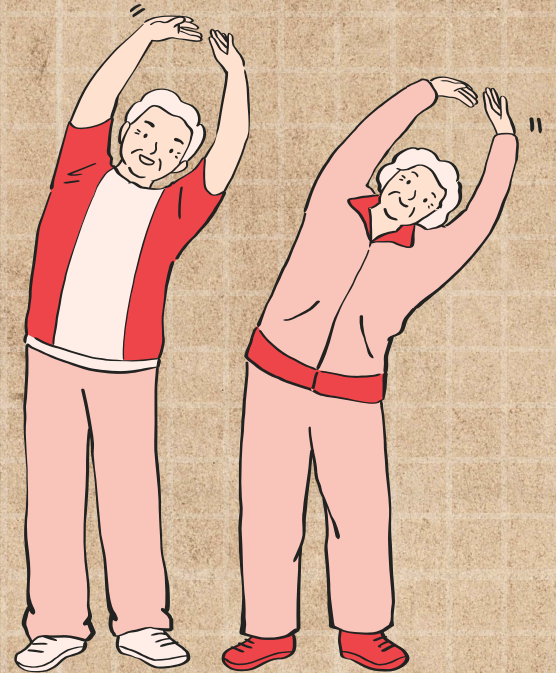
講師 ばんどう みかこ

阪東 美可子



楽しい体操となるほど！の  
介護予防のお話

参加費 無料



申込み

3/16(月)

～

3.27(金)

申し込み ▶ 東宇治南地域包括支援センター

〒611-0011 宇治市五ヶ庄折坂5-149

TEL. 0774-38-1250

申し込み多数の場合は、抽選となります



# 予定表



4月10日(金) 10時～11時30分

5月8日(金) 10時～11時30分

6月12日(金) 10時～11時30分

7月10日(金) 10時～11時30分

8月14日(金) 10時～11時30分

9月11日(金) 10時～11時30分

