

第1回

令和6年度 転倒予防講習会

- ◆ 転倒やケガをしにくい体をつくるための楽しいお話と実技による講習会です。
- ◆ 転倒を予防し、これからも毎日を健康でいきいきとすごしましょう！

日時 令和6年7月12日(金) 10時～12時

会場 くにたち福祉会館 4階大ホール

講師 川向 妙子 先生 (東海大学名誉教授)

対象 国立市シルバー人材センター会員の方

申込 お電話もしくは事務局窓口で受け付けます。

定員 40名(先着順)

持ち物 飲料

※ 身体を動かしやすい服装、靴でお越してください。

※ 参加費は無料です。

毎回好評の講習会です。ご参加をお待ちしています。



国立市シルバー人材センター

電話 042-577-0919