

平成29年度坂崎学区げんきかい (長嶺・久保田・坂崎区)のお知らせ



自分は元気、まだまだ大丈夫と思っているあなた！！
知らない間に体力は低下します。
今から学区の仲間と健康づくりに取り組みませんか？

1 日程(月曜日)

5月15日	6月5日	7月3日
8月7日	9月4日	10月2日
11月6日	12月4日	1月15日
2月5日	3月5日	

2 時間

午前10時から11時30分まで

3 会場

坂崎公民館

4 対象者

おおむね60歳以上の方

5 内容

体力チェック・家庭でできる体操・認知症予防のための頭の体操等

6 その他

- ・げんきかいの参加をご希望される方は、事前に地域包括支援センターに申込みください。
- ・げんきかいに参加時は、運動できる服装でお越しください。また、水分補給用のお茶とタオルを忘れずに持参してください。

7 申込み及び問い合わせ先

幸田町地域包括支援センター
電話 62-7331



送迎については、裏面にあり

送迎バスの時刻表

※ 送迎バスの利用をご希望される方は、地域包括支援センターに事前申し込みが必要です。

場 所	時 間
① 久保田上ノ山3付近	9 : 23
② 長嶺北郷中防災倉庫前	9 : 26
③ 長嶺北郷中常福寺前	
④ 坂崎小学校前	9 : 30
⑤ 坂崎西ヶ崎84付近	9 : 32
⑥ 岡田病院前	9 : 35
⑦ 三河クリニック前	9 : 36
⑧ 坂崎8番組コミュニティ	9 : 38
⑨ 幸田の家	9 : 40
坂崎公民館	9 : 43

