志摩市 介護予防 日常生活支援総合事業
浜島地区通所型サービスB

4月2日（日）開催場所変更

開催日時　毎週日曜日　13:30～15:30

開催場所　浜島生涯学習センター

内 容　血圧測定　軽体操　茶話会
軽いストレッチで
身体可動域を広げる

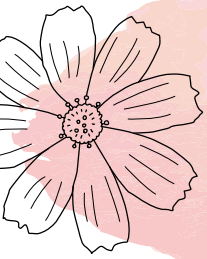
参加費　300円

どなたでも参加できます！

転ばぬ先の少しの運動

（要支援1・2の方や事業対象者の方も含む）
送迎はありませんので参加の方法はご自身でご用意ください。

サポートボランティアスタッフ
数名募集中！



元気高齢者の憩いの場
お友達を誘って一緒に
参加しませんか？

主催：ボランティアグループTEAM笑美S
後援：社会福祉法人志摩市社会福祉協議会（会長：前田正典）
協力：浜島地区老人会（代表：浜口　茂）

090-1758-4586　**辻村　知身**