

佐鳴台地区社会福祉協議会ニュース

NO.62 2011.5.20.

高齢者の夏バテ防止

高齢者の皆様へ

いよいよ夏を迎えます。皆様お元気でお過ごしのことと存じます。毎年行っている地区社協の健康教室を今年は年2回開催します。第1回目を下記のように開きますので、皆様お誘い合わせてお出かけください。

日 時 7月1日(金) 10:00～11:30

場 所 佐鳴台公民館 児童室

講 師 浜松市保健所 新山侑里保健師

内 容 ① 「夏バテ防止対策」と健康体操
② ゲーム

参加費 無料

※ 健康体操ができる軽装でお越しください。

※ 当日直接会場へお越しください。