ケアハウスハッピーオーシャンでは地域に施設を開放し

地域の方々が活動できる場を提供しています。

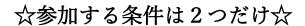
社会福祉法人 京福会 ケアハウスハッピーオーシャン 施設長 髙橋 順一

みんなで元気になりませんか?

~いきいき百歳体操ご案内~

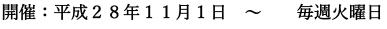
いきいき百歳体操って?

医者や身体に詳しい人たちが考えた誰にもできる簡単な体操です。 転びにくくなったり、出掛ける事がおっくうではなくなったりと、 身体にも心にも多くの効果が実証されています。



- □概ね65歳以上であること
- □週に1回、参加できること





時間:10時00分 ~ 11時30分 頃まで

場所:ケアハウス ハッピーオーシャン (塩野崎新田1番地1)

※移動手段については有料での移送サービスがあります。(応相談)

※定員50名程度

募集

この活動を一緒に考えたり、お手伝いしてくれる方を募集しております。

【連絡先】 地域包括支援センター秋桜の家 65-2972 地域包括支援センター寿山荘 65-9655

稲村いたむろ地域包括支援センター 60-3361



【お問い合わせ】

場所:ケアハウス ハッピーオーシャン

電話: 0287-60-5201

担当:深澤