

楽しく学んで、元気な体を目指しませんか？



令和8年度志免町ふれあいセンター うきうきルーム

時間

13：30～15：00

場所

町民ふれあいセンター

・動きやすい服装でお越しください

スケジュール・プログラム

・簡単な運動を行うため、タオルと飲み物をご持参ください

日時	内容	講師
2026年4月15日	体力測定	仲原病院 リハビリテーション部
2026年5月20日	フレイルについて	仲原病院 リハビリテーション部
2026年6月17日	脱水について	仲原病院 看護部
2026年7月15日	歯の健康について	増田崇信歯科
2026年9月30日	認知症予防	仲原病院 看護部
2026年10月21日	体力測定	仲原病院 リハビリテーション部
2026年11月18日	排泄と腎臓	仲原病院 看護部
2026年12月23日	音楽療法	仲原病院 リハビリテーション部
2027年1月20日	チェアビクス	総健株式会社
2027年2月17日	健康講話	仲原病院 看護部
2027年3月17日	転倒予防	仲原病院 リハビリテーション部

問い合わせ：志免町役場 健康課 092-935-1484

(平日8：30～17：00)