

令和5年度

上久原地域デイサービス

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
6日		1日 レイク	6日 社協	3日	7日 社協	5日	2日 社協	7日 レイク		1日 社協	7日
20日 (体力測定)	18日 健科研	15日 青洲会	20日 青洲会	17日 健科研	21日 青洲会	19日 (体力測定)	16日 健科研	21日 青洲会	18日 健科研	15日 青洲会	21日 青洲会

第1・3木曜日

時間: 10時～11時30分

場所: 上久原公民館

利用料: なし

【講師】

青洲会
健科研
レイク
社協

青洲会病院 リハビリ専門職
健康科学研究所 健康運動指導士
レイクウッド久山 介護支援専門員
久山町社会福祉協議会

動きやすい服装でお越しください。

◎持ってくるもの: 飲み物、ハンカチ又はタオル