


檀原市公認

介護予防活動サークル

元気な一歩会 

元気一歩会 光陽町



光陽町の皆様

からだを動かしませんか! ?

このたび、西井クリニックは光陽町の皆様と一緒に介護予防活動サークルを発足させていただきたいと考えています。地域の皆様と一緒に介護予防体操を始めませんか? 一時間程度、檀原市公認の介護予防体操をしましょう! 参加費は無料です。

☆元気一歩会光陽町☆

日時: 毎週 月曜日と木曜日 10:00~

場所: 光陽町集会所

費用: 無料です。

動きやすい服装でご参加ください。

【時間割】

10:00 介護予防体操

10:50 えんげ体操

【お問い合わせ先】  
医療法人西井会 西井クリニック  
檀原市光陽町100-21  
080-5349-0001

