

福山市聴覚障害者 地域活動支援センター

TEL973-8577

FAX973-8578

西町1丁目19-2

～月1回「体」のための一日を設けました～
自分の体は自分で管理して健康に過ごしましょう！

5月26日(日)

時間にお気を付けください。

健康教室

テーマ；～☆口腔機能について☆～
講師；戸室 佳子 さん(歯科衛生士)
時間；13:15～14:15
場所；支援センター会議室
参加費；50円(歯ブラシ代)

※歯ブラシの本数を確認したいので、申し込みをしてください。

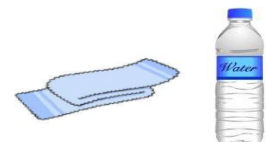
今の自分のお口の力を簡単にチェックして、お口の筋力をつける体操をします。
歯科衛生士さんおすすめのお歯ブラシを使って正しい磨き方を教わりませんか。



たのしい体操

テーマ；～☆脳トレしながら
有酸素運動☆～
講師；丸山 隆 さん(ライフサービス)
時間；14:30～16:00
場所；支援センター会議室
参加費；無料

ゆっくり自分のペースに
合わせながら、身体を
動かしましょう。



飲み物・タオルを持ってきてください。

申込締切 5月24日(金)



申込は FAX⇒973-8578 PC・携帯メール⇒info@fukurou1947.Com