

(旭町公民館共催)

介護者交流 サロン

蕨市在住
の方

頑張りすぎていませんか？
介護している方、これから始まる
かもしれない方も参加できます。
悩みを語り、リフレッシュしましょう！



会場：旭町公民館 1階 集会室

第一部：13：30～14：30 介護者交流

第二部：14：30～15：30 リフレッシュタイム

予約不要

第二部のプログラム

1/25 (水) 健康体操 (フレア在宅マッサージ)

2/22 (水) 指ヨガ (植村先生)

3/29 (水) ノーアエクササイズ (ALSOK介護)

※諸般の事情により中止・プログラム変更の可能性があります

蕨市第一地域包括支援センター

●開所時間 平日 8:30～17:15

●住所 蕨市錦町3-3-27

☎ 048-434-6721

お気軽にお問合せください