令和７年度仁井田コミュニティセンター高齢者教育推進事業
（出前講座）

須賀川市は、持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

介護保険制度や健康に長生きするためのポイント
などを専門職からわかりやすく学べます。
お気軽にご参加ください♪

元気に長生き！
介護予防講座

参加費
無料

日　　時　令和７年６月１９日（木）　午後1時30分～3時30分

場　　所　滑川公民館（須賀川市滑川字西町158-1）※裏面参照

対　　象　おおむね65歳以上の方

定　　員　２０名程度（定員になり次第締め切り）

申し込み　６月５日（木）までに仁井田コミュニティセンター（☎88-1005）に電話や来館でお申し込みください。

13:30～14:20

講話「地域包括支援センターや介護保険制度について」

西部地域包括支援センター　生活支援コーディネーター　柳沼　睦美さん
看護師　伊藤　祐子さん

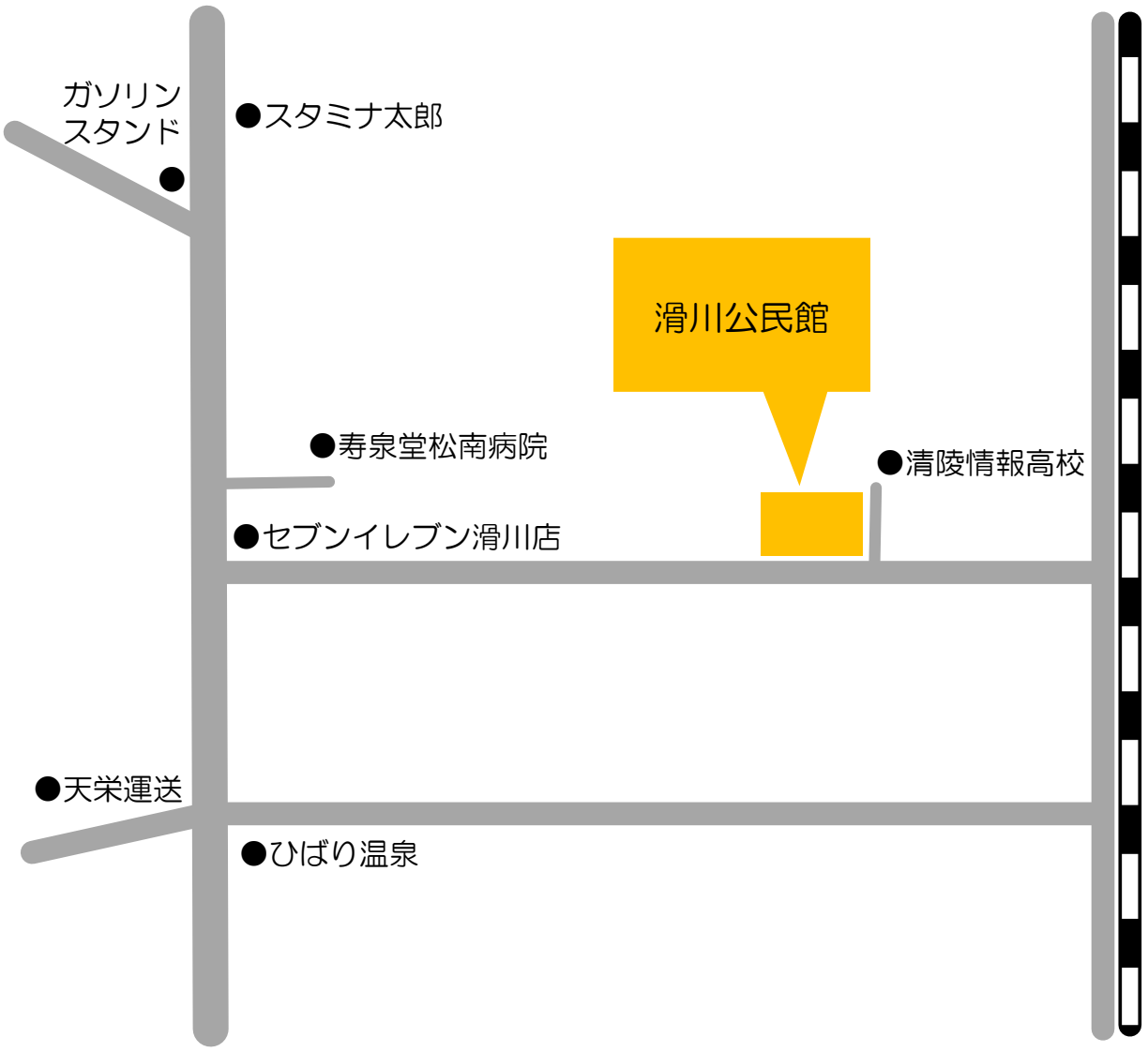
14:30～15:30

講話「フレイル予防について」　体操「ウルトラ長寿体操２」

にじいろ訪問看護リハビリステーション　理学療法士　佐久間清香さん

問い合わせ　須賀川市仁井田コミュニティセンター（須賀川市仁井田字猿池11）

会場案内図


ガソリン
スタンド
●スタミナ太郎
滑川公民館
●寿泉堂松南病院
●清陵情報高校
●セブンイレブン滑川店
●天栄運送
●ひばり温泉