

農作業のための



農トレ講座

カラダの専門家が農作業に役立つちょっとした体づくりのコツをお伝えします！

普段農作業をされているかただけでなく、これからの体づくりに興味のある方ならどなたでもご参加いただけます。

日時 令和4年10月27日(木)

午後1時30分～3時30分

場所 初倉公民館 くらら 第1・2集会室

参加費 無料

対象者 65歳以上の方

持ち物 筆記用具、水分補給用の飲み物

定員 15人(初受講優先・定員を超えた場合抽選)

講師 株式会社 リハライフサポート

小原 智永氏(理学療法士)



申し込み・お問い合わせ(平日 8時30分～17時15分)

島田市包括ケア推進課 ☎ 34-3296

*発熱のある方や、体調のすぐれない方は参加を見合わせてください。

*講義中は、マスクの着用をお願いします。

*新型コロナウイルス感染拡大の影響により中止する場合があります。