

赤坂支部 健康サロンの案内

～身体を動かして心も体もすっきりと～

「地域包括支援センターとは何をするとところなの？」

講師 地域包括支援センターお勝山
佐久間裕美さん（看護師）、
濱田英子さん（主任ケアマネージャー）

日時 3月19日（木）10時～

場所 岐阜大学旧早野邸セミナーハウス

会費 100円（お菓子代）

お花見ハイキング

（ウォーキング班会例会を含む）

日時 3月21日（土）10時～

場所 曾根城址公園（現地駐車場集合）・雨天中止

今年の開花はいつ？ちょっと早いかナー。はずれたらごめんなさい。

※お弁当、お茶など各自持参。公園の周り散策ウォーキング。



班会のご案内

◎ヨガ班会

日時 4月2日（木）10時～

場所 岐阜大学旧早野邸セミナーハウス 会費 300円（菓子代他）

◎ウォーキング班会

日時 4月18日（土）9時～ ◎第三土曜日に変更になりました。

集合場所 赤坂地区センター南側駐車場・雨天中止

金生山を明星輪寺境内までゆっくり歩いて登ります。

✿ 全てどなたでも参加できます。気軽に会場までお越しさい ✿

連絡先 宇津91-2379 大谷 91-6049 高瀬71-4409