

# 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

7月16日（木）10時～

### 場所

岐阜大学旧早野邸セミナーハウス  
（マスクの着用願います）

新型コロナウイルスによる自粛により中止が続きましたが、7月より会場使用ができるようになり健康サロンを再開します。皆さんに少しでもストレスを解消し元気になってもらいたいです。皆さんに参加をよろしく申し上げます。

## 班会のご案内



### ◎ヨガ班会

日時 8月6日（木） 9月3日 10時～

場所 岐阜大学旧早野邸セミナーハウス

### ◎ウォーキング班会

日時 7月18日（土）雨天の場合25日9時～

8月22日（土）お盆の為第四土曜

雨天の場合29日（土）9時～

集合場所 赤坂地区センター南側駐車場

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