



介護予防相談会



〈介護予防〉って何をすればよいと思いますか？

介護を必要としないように

元気なうちから予防することがとても大切です！

介護予防の相談や、介護予防教室のご案内をさせていただきます。



令和 3 年 3 月 31 日 (水)

午前 10 時 45 分 ~



財) 桂会館 1階 ホール

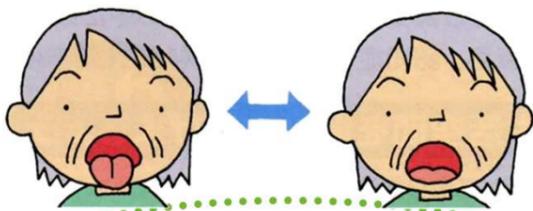
(阪急桂駅 東口より 東へ徒歩約5分)



- ・介護予防の相談
- ・介護予防教室のご案内
- ・パンフレット等の配布

☆新型コロナウイルス感染症対策の為予約制になります。

お電話にてお申込み下さい。



健口〈けんこう〉体操って
ご存じですか？



運動不足ではないですか？



栄養のバランス
はどうですか？

お問合せ:京都市西京区地域介護予防推進センター 電話:075-392-7874

(当センターは、京都市から事業を受託しています)