

令和7年度 さのぼり運動教室の開催について（案内）

風薫るさわやかな季節となりましたが、元気に過ごされていますか？
椎葉村では、65歳以上の高齢者を対象に介護予防運動教室として「さのぼり運動教室」を開催しています。少しでも今の生活を維持、向上させるために、お申し込みください。
令和7年3月31日までに65歳になられる方全員に案内しています。

**65歳からでも早くはない！
10年後も20年後も元気な自分を目指して！！**



< 申し込み先 >

- 椎葉村総合保健センターすこやか館の中の「地域包括支援センター」
電話番号：0982-68-7513
Fax番号：0982-68-7511