

2月 泉苑介護予防講座のご案内

事前申込みの上
抽選となります。
2/8締切

会 場	日 程	時 間	申込コース
いずみシニア塾 ～関節痛って、何？(痛みに困っているあなたと一緒に考えましょう)～ 講師：包括支援センター看護師			
市営第十二北山町住宅集会所 (北山町3-17) 定員10名	2月24日(火)	午後2:00～3:00	タ

『みんチャレ』連続講座 スマホで介護予防 ～会えなくても繋がれる！アプリを使ってみんなでチャレンジ～ ※スマホ初心者でも文字入力さえ出来れば大丈夫。何度でも講座後の支援いたします。 今回、講座参加者全員にオリジナルショルダーポーチをプレゼント			
武蔵台文化センター2階大広間 (武蔵台2-2) 定員12名	2月14日(土)	午後2:00～3:30	チ
	2月21日(土)	午後2:00～3:00	

健康ストレッチ ～身体を温めるストレッチで免疫力をあげましょう～			
会 場	日 程	時 間	申込コース
都営武蔵台二丁目AP集会所 (武蔵台2-23-13) 定員12名	2月19日(木)	午後3:00～4:00	ツ
西原町自治会館 (西原町3-13-36) 定員10名	2月27日(金)	午後2:00～3:00	テ

《お申込み方法》 ※65歳以上の府中市民が対象で参加費は無料です。

★上記日程より、ご希望される申込コース欄『タ～テ』の記号を選んでください。

お電話にて氏名、住所、電話、申込コースの順でお伝えください。 締切 2/8(日) 午後5時まで

※現在、感染症対策のために、事前申込みの上、抽選とさせていただきます。

【感染症予防対策のご協力とお願い】

★参加当日、自宅での体温測定と会場でのマスクの着用、手洗いと手指消毒をお願いします。

また、お帰りの際も手洗いと手指消毒をお願いしています。

★発熱や風邪症状、体調不良などで欠席をされる場合は、お手数ですが泉苑まで連絡下さい。

★会場内の消毒作業を実施いたしますので、入室は開始10分前からとさせていただきます。

《持ち物》 ★マスク、水分補給用飲み物

※武蔵台文化センター以外の会場は室内履きをご持参ください。

〔お申込み・お問い合わせ先〕 府中市地域包括支援センター泉苑 担当：横地

042-366-0171 または 042-366-0080