

8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。
8/9締切

スマートフォン講座(初歩の初歩を学び、困りごとともその場で解消) ～まずは恐怖感を無くして、気軽に触れるようになりませんか～

西原町自治会館 (西原町3-13-36) 定員10名	8月14日(金)	午後2:00 ~3:00	ナ
泉苑多目的ホール (武蔵台1-10) 定員20名	8月15日(土)	午後2:00 ~3:00	ニ

疲労をストレッチで回復させてみませんか

～疲労を溜めたままにすると、怪我や病気の原因に～

会 場	日 程	時 間	申込コース
市営第十二北山町住宅集会所 (北山町3-17) 定員10名	8月18日(火)	午後2:00 ~3:00	ヌ
都営武蔵台二丁目AP集会所 (武蔵台2-23-13) 定員12名	8月20日(木)	午後3:00 ~4:00	ネ
武蔵台文化センター2階大広間 (武蔵台2-2) 定員12名	8月22日(土)	午後2:00 ~3:00	ノ

《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 ナ～ノ の記号を一つ選んでください。

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 8/9(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