

自立した生活を
長く続けられるための

介護予防教室

参加者募集！

参加
無料

令和8年1月31日(土)

10:00～11:30

畑野農村環境改善センター

- | | |
|-----|--|
| 内 容 | 健康講話（佐渡市保健師）
脳トレ、ニュースポーツ（佐渡市スポーツ推進委員） |
| 定 員 | 先着20人
※年齢制限はありません。どなたでも参加できます |
| 申 込 | 1月16日（金）までに電話でお申し込みください
平日昼間 畑野公民館 66-2105
夜間・土日祝 農環センター66-3889 |
| その他 | 上履き、水筒、タオルなどご用意ください |