

皆さまのサロンで
お家でできる

健康体操しませんか

体もスッキリ、軽く、
ますます楽しい毎日を過ごしましょう♪

ご都合に合わせて、お近くのサロンに講師が伺います。

■所要時間 15分～75分で応相談

■内 容 ストレッチなどの実技指導、講座
ストレッチ教室、イス体操、脳トレ教室、
タオル体操、ひざ痛・腰痛予防教室など

**その他、プール施設を使つての講座も可能です。
(公会堂まで送迎いたします。)**

実績:

- 富士市高齢者介護支援課受託事業
「転ばん教室」(今泉地区、伝法地区、富士駅北地区、
田子の浦地区、富士川地区、松野地区)
- 「ご近所さんの運動教室指導者養成講座」
- 吉原西部地域包括支援センター 自主事業
- 富士川地域包括支援センター 自主事業
- 富士見台地区サロン、藤間地区サロン、
宇東川地区サロン



ご相談・お問合せ先

- ・富士市社会福祉協議会(64-6605 地域支援係)
 - ・エイワンスポーツプラザ吉原店 (担当:田中)
- 富士市宇東川西町1-41
(0545-51-5757)

