



京都市西京区地域介護予防推進センター

のんびりサロン

〈介護予防〉って
何をすればよいと思いますか？
介護を必要としないよう
元気なうちから
予防することが大切です！



介護予防教室のご案内や
お手軽レシピもおいています。
簡単な脳トレもできますので
ぜひお立ち寄りください！

日にち● 8月 5・12・19・26日 水曜日

時間● 午後 2:00 ~ 3:00

たませい
場所● 地域交流サロン **やまだ玉静**

(西京区山田出口町31 京都厚生園山田の家内)

★駐車場はありません。 自転車でお越しの方は職員までお声かけください。

内容● 介護予防教室のご案内、パンフレットなどの配布
お手軽レシピ配布、かんたん脳トレ体験

対象者● おおむね65歳以上の方で、ご自身で行き来できる方

参加費無料



お問合せ：京都市西京区地域介護予防推進センター

電話：075-392-7874

(当センターは、京都市から事業を受託しています)