

つつじフェスティバル2016

平成28年12月2日(金)

朝霞市産業文化センター3階ホール

要予約！！各イベント

先着100名様

①認知症予防講演会

和光病院 作業療法士 平井由布子氏

10時00分～11時00分



②防災の心得について

朝霞消防署浜崎分署 轟 君昭氏

11時15分～12時00分



③音楽で心と体をリフレッシュ

13時30分～14時30分

～バイオリン、チェロ、ピアノによる演奏～



役立つ情報満載！！
奮ってご参加ください。

お申込み・お問合せ

朝霞市地域包括支援センターつつじの郷

TEL048-472-1574

	2階会議室		3階ホール
	講座	体操等	内容
午前 9:00	9:30~10:45 地域包括支援センター 朝光苑		 認知症予防講演会 10:00~11:00
10:00	10:00~12:00 折り紙 (講師:あさがおの会)		(講師:和光病院作業療法士 平井 由布子 先生)
10:30		11:00~11:30	
11:00		介護予防体操	11:15~12:00 防災の心得
11:30		無料! 体験マッサージ	(朝霞消防署浜崎分署 轟 君昭 氏)  自主防災
12:00		(講師:「てあて 在宅マッサージ」)	
12:30			音楽で心と体を リフレッシュ
午後 1:00	1:00~3:00		1:30~2:30 (ポーコ・ア・ポーコによる演奏) バイオリン・チェロ・ピアノの演奏
1:30	五円玉亀の作り方 (講師:しあわせ会)	2:30~3:00	
2:00		認知症予防体操	
2:30			
3:00			
3:30			
4:00			

1階ギャラリー 9:30~4:00

- ・介護福祉相談
- ・ノルディックウォーク体験
- ・体力測定・健康測定
- ・ロコモティブシンドローム予防
- ・サロンの作品展示
- ・福祉用具の展示・実演

盛りだくさん

申し込み・お問合せ : 地域包括支援センターつつじの郷

TEL 048-472-1574

地域包括支援センターひいらぎの里

TEL 048-291-9111