

# 新型コロナウイルスに負けない!! 生涯元気教室

— 専門家による運動機能回復  
維持のための健康教室 —

Misato health class



美郷町では、高齢の方が自宅で自立した生活を維持できるよう、公立邑智病院と連携して、理学療法士や作業療法士等、リハビリ専門職による、運動機能の回復・維持に効果的な介護予防教室を実施します。



## この教室で生涯元気をめざそう！

### 対象者

概ね60歳以上の町民の方

### 実施日

令和2年6月～ 各地域で**2か月1回**実施  
※具体的な実施日時・場所は裏面をご覧ください

### 場所

町内の公民館及び集会所等(14か所)  
※送迎も行います。

### 持ってくる物

\* 運動しやすい服装・上履き・飲み物

### 申し込み

参加料金は無料です。  
※参加・送迎を希望される方は下記の健康福祉課へ事前にご連絡下さい。

## 生涯元気教室 スケジュール表

日程	曜日	開催時間	会 場
6月15日	月	13:30~14:30	比之宮交流センター
	月	15:00~16:00	都賀行交流センター
6月22日	月	13:30~14:30	浜原隣保館
	月	15:00~16:00	沢谷交流センター
6月29日	月	13:30~14:30	吾郷公民館
	月	15:00~16:00	保健センター