

◆第31回◆

在宅介護者の集い
～ヨガと呼吸法でリフレッシュ～

3月7日(火)
13:30～15:00

会場：横瀬町総合福祉センター

《講師》 豊田 武志 先生

《持ち物》 ヨガマットor代わりにするタオル
※マスク着用、動きやすい服装でご参加ください。

《対象》 町内在住の在宅介護者 8名
※高齢者や障がいのあるご家族を自宅で介護している方。
※介護の程度は問いません。

《参加費》
350円（当日集金）



心や体をリフレッシュしませんか？
はじめての方もお気軽にご参加ください。お待ちしております！

※新型コロナウイルス感染症の状況により中止となる場合があります。ご了承ください。

申込先・横瀬町社会福祉協議会

TEL22-7380

締切 2/24(金)