福山市北部地域包括支援センター　介護予防教室

笑う門には福来る！

福きた教室

皆さん、楽しく身体を動かしてみませんか？仲間を作りませんか？
福きた教室で、いきいきと健康寿命を延ばしましょう！
集おう！　語ろう！　笑おう！



日　時：**毎月 第3 水曜日** (祝日は休み)

13:30～15:00

内　容：体操　レクリエーション　他

会　場：福山市駅家町倉光451番地15
(府中地区医師会駅家保健福祉センター1階)



※ 動きやすい服装でお越しください。

※ **上履き、飲み物、タオル** を持参してください。

※ 内容によっては**参加費**がかかる場合があります。

※ 当日のAM10時の時点で警報が発令された場合はお休みです。

※ 体調不良、発熱など症状がみられる方の参加はご遠慮くださいますようお願い申し上げます。





会場の都合上、参加者希望者は月初めに **電話予約** をお願いします。

【問い合わせ先】 福山市北部地域包括支援センター　084-976-0071