

『パワリハ教室』

パワリハとは、パワーリハビリテーションの略で、マシンの力を使って軽い負荷で介護予防トレーニングをします。歩行や姿勢、移乗等の日常生活に関わる動作能力の向上を目指すリハビリで、転倒予防にも効果があります。

対象者 65歳以上の方で**要支援・要介護・事業対象者認定を受けていない方**

日程 10月19日（月）～3月1日（月）の間の月曜日

午後1：30～3：00 全15回 ※予定表で設定された日

場所 健康福祉センター「はあとふる」生きがい工房

参加費 200円/回

定員 9人

送迎 あい 

申込期間 8月31日（月）～9月4日（金）
※定員になり次第、締め切らせていただきます。

申込先 吉田町社会福祉協議会 法人運営課 ☎34-1800

