

骨から元気に！ 骨折予防教室

転倒・骨折を防ぐにはお口の健康と食生活から！
楽しく学んで、体操で元気をキープしましょう！

内 容

講話：転倒・骨折予防のためのお口の健康・食生活のポイント
体操：自宅でできる転倒予防体操

日時・場所

📅 令和7年9月25日(木) 13時30分～15時
プラザおおむら

📅 令和7年10月30日(木) 10時～11時30分
中地区公民館

📅 令和7年10月30日(木) 13時30分～15時
郡地区公民館

申込み

電話または窓口でお申し込みください

料金

無料

問い合わせ先

大村市地域包括支援センター

0957-53-8141

