

作野さくさく ウォーキング



令和2年3月14日（土）
午前10時から午前11時30分まで

歩くことから介護予防・健康維持です!!
正しい歩き方を知り、作野地区のウォーキングコースを楽しく
歩くことにより、介護予防に取り組みませんか。

会場：安城市作野福祉センター 1F デイルーム

※ウォーキングは作野健康の道コースの一部（約3Km）を体調に合わせて歩きます。

対象：介護予防に取り組む担い手及び介護予防に関心のある人

内容：準備体操・ワンポイントアドバイスの後、ウォーキングします。

定 員：30名（先着順）

指 導：住吉町健康づくりの会

申込み：3月3日（火）より作野福祉センター窓口・電話にて受付
☎72-7570

※天候等の事情で中止の場合は、令和2年3月13日（金）午後1時以降にご連絡します。

共催：安城市社会福祉協議会、作野地区社会福祉協議会

協力：住吉町健康づくりの会、安城市地域包括支援センター八千代

問い合わせ先：作野福祉センター ☎72-7570