

筑西市にお住まいの

・ おおむね65歳以上の方・障がいのある方（児童含む）対象 ・

こころとからだの 健康教室

一緒に楽しく学び、元気になろう！

会場

しらとりハワイアンデイ

〒308-0067茨城県筑西市上平塚748-1

参加費 100 円 申込期限 2024年9月10日まで

2024 9.15日
9:30~11:45

プログラム

- タッチケアのすすめ
講師：石井浩之（日本福祉タッチケア協会理事）
- 笑いヨガでリフレッシュ！
- しらとり体験ツアー



★ 特別ゲスト ★
しらとり太鼓

しらとり体験ツアーの内容



レッドコード



ドライブシミュレーター



ウォーターベッド



陶板浴



さをり織り



和太鼓



アート活動

しらとりで過ごす楽しい時が、健康への第一歩となります。お問い合わせの上、ぜひご参加ください。

参加希望の方は、
こちらの電話番号から
お申し込みください！

問い合わせ先

☎0296-45-7616

（地域包括支援センターしらとり）



相談しらとりInstagram



ハワイアンデイInstagram

主催：総合相談支援センターしらとり
協力：しらとりハワイアンデイ