



コミセン講座

元気で長生きするための講話やゲーム、物づくりをし

ながら楽しく介護予防・認知症予防をする講座です。

日時：令和2年10月23日(金)

13:30~14:30

『健康管理について』

【内容】



・脂質異常、血糖について

・インフルエンザ予防(コロナ感染症含)

*** 楽しく体を動かしましょう**

