

みんなで楽しく！健康体操

～認知症予防や運動不足解消に～

- 理学療法士による健康体操を行います。
- 「この先認知症が心配・・・」「最近運動してない・・・」と思っている方におススメです。
- ぜひ、この機会に体操をして頭と身体を活性化してみませんか。



- 開催日時 令和5年**12月14日(木)**
14:00 ~ 15:30 (13:30から受付開始)
- 会場 北九州市立消費生活センター 研修室
(戸畑駅前、ウェルとばた7階)
- 定員 30名**(先着順)**
- 申込方法 **11月20日(月)先着電話受付**
- 申込先 北九州市立消費生活センター
TEL 093-871-0428

ご注意

- 対象は市内に在住または、通勤・通学されている方。
- 駐車場(有料)は限りがございますので、公共交通機関でお越しください。
- 当センターの職員による消費者トラブル情報等の紹介も行います。
- 参加料は**無料**です。

