

8月開催 いきいきワクワク 講座・教室ご案内

コープしがさんの健康教室 part 2

ー フレイル（虚弱）をメインに ー

日 時 8月20日（水） 10時30分 ～ 11時

会 場 彦根市北老人福祉センター・2階

内 容 ・ 3つのポイントクイズ

・ 腰掛けたまま「かかと運動」ほか

講 師 生活協同組合コープしが キッチンカースタッフさん

定 員 20人（申込順） ※7月15日から受け付け



高齢者向け交通安全教室

ー 高齢者の交通事故ストップ ー

日 時 8月22日（金） 10時 ～ 11時

会 場 彦根市北老人福祉センター・1階

内 容 ・（動画）『あの日に戻れたら・・・』

～ 交通事故被害者遺族の声 伝えたい想い ～

・ 30問にチャレンジ！！交通ルールクイズ

講 師 彦根市北老人福祉センター職員

定 員 20人（申込順） ※7月15日から受け付け

