

市委託事業「家族等交流会」

## 第6回 家族介護者のつどい

### 脳と心と身体を整えるワークショップ

楽しみながら脳と心と体にアプローチするボディワークショップ。  
毎日を元気で健康に過ごすためのセルフケア等をお伝えします！

講師／一般社団法人ライフ to ソーシャル 代表理事 高橋 祐也様

**日時** 3月13日(金)

**10:00 ~ 11:30**

**場所** 介護老人保健施設なとり

**第1会議室(正面玄関近く)**

お申込み、お問い合わせは  
在宅介護支援センター ひまわり  
☎ (022) 386 - 4201

参加費  
無料

【会場】介護老人保健施設 なとり 第1会議室

〒981-1241 名取市高舘熊野堂字岩口下 1-2

電話 022-386-4201

FAX 022-386-6292

