

いきいきと地域で暮らすための

生活で役立つミニ講座

会場

キラキラ茶家 (京島3-49-18)

参加費
無料

定員

先着6名様 (お電話にてお申込み、または直接職員へお声がけください。)

自立神経を整える
～心穏やかに過ごす
ために～

11月19日(木)

午後3時～(30分程度)



講師

岡崎クリニック

精神保健福祉士

嚥下・誤嚥予防に
ついて
～健康に過ごすために～

12月1日(火)

午後3時～(30分程度)



講師

健愛会
すみだ共立診療所
看護師

お問い合わせ・お申込み

墨田区社会福祉協議会 地域福祉活動担当

Tel: 03-3614-3900

URL: <https://www.sumida-shakyo.or.jp/>