

介護者サロン ほっとみ

【日時】 2025年1月27日（月）

14:00～15:30

【場所】 三商自治会館

（住所：所沢市北中3-86）

どなたでも参加をお待ちしております！
お茶を飲みながら
気軽にお話しませんか？

自宅でできる
身体ケア(マッサージ)
肩凝り・腰痛予防の体操
など
一緒にやってみませんか？

【講師】

株式会社 東京在宅サービス

在宅ケアマッサージ

主任インストラクター 小久保 智弘 氏

※1月21日（火）申し込み締め切りです！

※2週間体調に変化のない方、当日の検温、
マスク着用をお願いします。

※今後の状況により予定が変更になる
場合がございます。

申し込み先 富岡地域包括支援センター
TEL 04-2942-0067



地域包括支援センターは、所沢市の委託により運営しています。