

わが町・わが村 介護予防事業

◆伊是名村◆

伊是名村 願寿（がんじゅう）サロン公民館事業

各字公民館にて週1回ずつ運動教室やスポレク等を行っています。運動教室の際には理学療法士の方と一緒に体操・ストレッチ等を行い、それぞれに合った運動法のアドバイスを受けることができます。

願寿サロン終了後には、一部負担ではありますが昼食の提供も行っており、参加者みなさんでゆんたくしながら昼食を食べることで交流の場ともなっています。



令和元年度 11月14日