



備えて安心！



もしもの時の防災講座



地震や台風・大雨など、災害への備えが重要です。「日々の備え」について学び、考えましょう。

日時：令和7年7月29日(火)
13:30~15:00

会場：浅間会館 第1.2会議室

講師：日本赤十字社長野県支部防災教育事業
指導者 原 英正氏

NPO 法人佐久平総合リハビリセンター
理学療法士 高橋 健太氏

対象者：高齢者を介護されているご家族の方
教室内容に関心のある方 など

参加費：無料 定員：20名

持ち物：動きやすい服装、水分、汗拭きタオル

いつでも動ける
身体作りの体操
も行います！



*事前にお申し込みをお願いします

<申し込み・問い合わせ>

岩村田・東地域包括支援センター ☎0267-67-6910

