

一緒に、楽しく  
汗をかきましょう!!

大 好 評



# ～介護予防サロン開催中!!～

- ★今の体力を維持したい!
- ★衰えた体力を少しでも取り戻したい!
- ★仲間を作りたい!

このような方は、  
ぜひご参加を!!



神経と筋肉の調整力は、加齢と共に低くなります。

老化は現実に避けられないものであり、身体の諸機能が徐々に低下するのは、やむを得ませんが、積極的に運動をすることで、年齢よりも高い水準を保てることも知られています。

高齢者に起こる急激な体力の低下を出来るだけ緩やかなものとし、身体諸機能の老化にブレーキをかけ、いつまでも健康で明るい生活を送って頂けるよう取り組んでいます。



～ みなさん、楽しそうです♪♪ ～



訪問看護ステーション

来るとが楽しみ

**Cruto**  
Community Station

『クルト』

株式会社 PLUNURSE

住所 上益城郡嘉島町上島2110-3 グローリービル2F

TEL 096-234-7774

FAX 096-234-7739

事業所番号 4362890115