

# 市木地区ひなた運転健康教室

住み慣れた地域で、「自分らしい生活」をしていくためには、車の運転は極めて重要なものと考えます。そこでココロとカラダの健康の維持向上や安全運転に対する意識を高めていただき、皆さんの「運転寿命」の延伸を目的に教室を開催します。

日時:令和6年9月20日(金) 13時30分から16時

場所:市木中央公民館 第1研修室

## 【内 容】

○串間市の交通情勢及び交通事故を起こさない運転についての講話、

運転シミュレーション

(串間警察署)

○いつまでも自分らしく生きるためのココロとカラダの健康法(笑いヨガ)

(わくわく元気運動協会 代表 濱砂 道世 氏)



※席に限りがございますので、事前に連絡を下さいますようお願いいたします。

社会福祉法人串間市社会福祉協議会 串間市地域包括支援センター

電話 0987-72-0023 FAX0987-72-1915 担当 : 坂本 橋本