

ライズ 夕方の部

新規

会員募集中!



スリング体操

音楽に合わせてバランス体操を行います。立位が不安定な方でも安心して行えるようにスリングという紐をもって行います。

毎週土曜日

16:00 ~ 17:30

月会費

介護予防/特定健診を受けた40-64歳; 2000円

65歳以上; 1000円

送迎は無料で行いますが、ルートを決めさせていただきます。



マシントレーニング



お問い合わせ

☎ 0940(36)2878

(通所介護ライズ内)

宗像市東郷129-1

担当 ; 岡田・木下

申し込み

☎ 0940(36)1285

宗像市地域包括支援センター