

# みんなで ちょいトレ チャレンジ

第6回のご案内

## 9月17日（木）

意外と知らないお金のおはなし  
貯筋体操・健康&介護相談

- ◆コミュニティ・バンク京信より特殊詐欺についてや、  
お金にまつわる豆知識のおはなしを頂きます。(15分)
- ◆健康運動指導士による 体操を(15分)行います



1回目 10:10~10:40  
2回目 10:45~11:15  
3回目 11:20~11:50



- ◆健康&介護相談はいつでもどうぞ（事前申込不要）  
（参加無料）



場所：唐橋地域包括支援センター  
1階 ふれあい広場（075-694-6222）

主催：京都九条病院グループ mam介護事業部  
マムクオーレⅡ 唐橋地域包括支援センター

共催：コミュニティ・バンク京信