

楽しく体操したあと、入浴でリフレッシュしませんか？

松前町役場
福祉課主催

いつもの入浴と
1時間の介護予防体操

元気人村
和室で実施！

元気！やる気！ MASA筋体操！

参加費無料

①タオル体操 ②筋トレ ③ストレッチ
3つの体操で構成

日程

10月9日
10月23日

11月6日
11月20日

12月4日
12月18日

時間

13：30～14：30

※いずれも木曜日

場所

元気人村 和室

持ち物

タオル

お申込み

福祉課地域包括支援センター係



089-985-4205

申込締切 希望日の前日まで



「まさきデマンドタクシー」実証運行中！ 町内移動が400円！

デマンドタクシー利用で、MASA筋体操に参加すると当日入浴が'50円引き'

【デマンドタクシーに関することの問い合わせ】

松前町財政課企画戦略係 ☎089-985-4103 デマンドタクシーの詳細はこちら

