



Momiji Health Care Society  
モミジヘルスケア協会

## 介護されている方のための健康プログラム



おとしよりを介護されている方の会を下記の通り予定しています。同じ境遇の方々と集まって話し合うことで、元気づけられたり、役立つ情報を交換することができます。  
この会は、日本語と英語で行われます。

日にち /2011年	時間 / 場所	内容
1月20日 (金)	1:30-3:30 pm /モミジ センター	気(き) ワークショップ 講師:アレックス・ペレクリタ(タオ指圧師)
2月10日 (金)	1:00-3:00 pm /モミジ センター	やさしい ヨガ 講師:ときこ 吉原・レーピック(ヨガインストラクター)

申し込みと詳細は、416-261-6683 内線 249 の恵子(けいこ)まで。  
モミジセンターの場所:3555 キングストンロード、スカボロー  
(マーカムロードとキングストンロードの角)

