

令和元年度(平成31年度)

一般介護予防教室のご案内

元気に生活し続けるためにも、教室に参加して楽しく介護予防に取り組みましょう!

○対象者: 町内在住で65歳以上の方であればどなたでも無料で参加できます!

事前申込みは不要です。直接会場へお越しください。

	げんき教室		にこ ² わい ² 健康教室		らく楽教室	
	特養さんふじの職員と手工芸や工作を行うほか、調理実習や遠足などもあります。		健康運動指導士による筋力低下を防ぐためのストレッチや有酸素運動などを行います。		文化協会の職員と会員が、お茶やお花、絵画、歌、体操などの趣味の教室を開催します。	
会場	藤崎老人福祉センター	常盤老人福祉センター	藤崎町文化センター	常盤老人福祉センター	藤崎老人福祉センター	常盤老人福祉センター
曜日	火曜日	木曜日	火曜日	木曜日	水曜日	水曜日
時間	午前9時30分～12時		午前9時30分～11時		午前9時30分～11時30分	
4月	16日	18日	23日	25日	17日	24日
5月	7日	16日	14日	9日	8日	15日
	28日※	28日※	21日	23日	22日	29日
6月	11日	13日	4日	6日	5日	12日
	25日	27日	18日	20日	19日	26日
7月	16日	11日	9日	4日	3日	10日
	30日	25日	23日※	18日	17日	24日
8月	6日	8日	6日	1日	31日	7日
	27日	29日	20日※	22日	21日	28日
9月	10日	12日	3日	5日	4日	11日
	24日	26日	17日※	19日	18日	25日
10月	8日	10日	1日	3日	2日	9日
	29日※	29日※	15日※	17日	16日	23日
11月	5日	14日	12日※	7日	6日	13日
	26日	28日	19日	21日	20日	27日
12月	10日	12日	3日	5日	4日	11日
	24日	26日	17日	19日	18日	25日
1月	14日	16日	7日	9日	8日	15日
	21日	30日	28日	23日	22日	29日
2月	4日	13日	4日	6日	5日	12日
	25日	27日	18日	20日	19日	26日
3月	10日	12日	3日	5日	4日	11日

[連絡事項] げんき教室の5月28日(課外活動)と10月29日(調理実習)は合同開催となります。
にこ²わい²教室の7月23日、8月20日、9月17日、10月15日、11月12日は藤崎老人福祉センターでの開催となります。

[お問い合わせ先]

福祉課介護保険係 電話 88-8198

地域包括支援センター 電話 65-4155