

介護予防サポートリーダー対象 介護予防運動教室 (R6年度)

サポートリーダーを対象とした介護予防を目的とした運動教室を開催します。
主にDVDを活用した自主的な教室です。準備や片づけは参加される方が行ってください。
興味のある方はぜひ参加ください。

日 時：第2・4木曜日 10時00分～11時30分

(詳細は裏面の日程表参照)

場 所：総合福祉センター 保健棟 機能訓練室

※新庁舎開庁のため、令和7年1月～ 新庁舎 2階 健康増進室(予定)

対 象：介護予防サポートリーダー

内 容：DVDを見ながら行う体操

料 金：無料

- ・準備や片づけは参加される方が行います
- ・申し込みは不要です(当日出欠表に名前を記入してください)
- ・介護予防サポートポイントの「セルフサポートポイント」対象です



【お問い合わせ】

地域包括支援センター

☎43-3019

日程表

【日時】 毎月第2・4木曜日 10時00分～11時30分

【場所】 総合福祉センター くらじの郷 機能訓練室

R6年	4月	11日	25日
	5月	9日	23日
	6月	13日	28日
	7月	11日	25日
	8月	8日	22日
	9月	12日	26日
	10月	10日	24日
	11月	14日	28日
	12月	12日	26日
R7年	1月	9日	23日
	2月	13日	27日
	3月	13日	27日