

5月の介護予防教室

| 月 | 日 | 曜日 | 時間 | 場所 | 地区 | 内容 | |
|----|----|------------|--------------|--------------------------|--------|------|--------|
| 5月 | 7 | 火 | 9:00~10:30 | 東新町ふれあい会館 | 鴨島 | 健康相談 | 介護予防体操 |
| | | | 13:00~14:30 | 山路東原集会所 | 鴨島 | | 口腔ケア |
| | 8 | 水 | 9:00~10:30 | 川島公民館久保田分館 | 川島 | | 介護予防体操 |
| | 9 | 木 | 9:00~10:30 | 川島公民館城山分館 | 川島 | | 楽しい脳体操 |
| | | | 13:00~14:30 | 鍛冶屋敷公会堂 | 川島 | | 楽しい脳体操 |
| | 10 | 金 | 9:00~10:30 | 三ツ島西公会堂 | 川島 | | 介護予防体操 |
| | | | 13:30~15:00 | 山瀬公民館 | 山川 | | 介護予防体操 |
| | 13 | 月 | 13:00~14:30 | 飯尾敷地地区公民館・飯尾敷地コミュニティセンター | 鴨島 | | 介護予防体操 |
| | 15 | 水 | 9:10~10:30 | 東山老人憩の家 | 美郷 | | 口腔ケア |
| | 16 | 木 | 9:30~11:30 | 西麻植市郷会館 | 鴨島 | | 楽しい脳体操 |
| | 20 | 月 | 9:00~10:30 | 南町集会所 | 山川 | | 栄養のお話 |
| | 21 | 火 | 9:00~10:30 | 川島公民館上桜分館 | 川島 | | 口腔ケア |
| | | | 13:00~14:30 | 山川公民館 | 山川 | | 介護予防体操 |
| | 23 | 木 | 9:00~10:30 | 牛島公民館 | 鴨島 | | 介護予防体操 |
| | 24 | 金 | 9:00~10:30 | 森山公民館 | 鴨島 | | 介護予防体操 |
| | 27 | 月 | 9:00~10:30 | 鴨島老人福祉センター | 鴨島 | | 介護予防体操 |
| | | | 13:00~14:30 | 知恵島老人憩の家 | 鴨島 | | 栄養のお話 |
| 28 | 火 | 9:00~10:30 | 川島公民館山田分館 | 川島 | 介護予防体操 | | |
| 30 | 木 | 9:00~10:30 | 忌部農業構造改善センター | 山川 | 栄養のお話 | | |

※健康手帳をご持参ください。

※資料がある場合があります。眼鏡が必要な方はご持参ください。

※健康相談の受付時間は、基本的に開始時刻から30分間です。

●問い合わせ 市介護保険課(地域包括支援センター)
TEL 22-2265 FAX 22-2260