

1月の介護予防教室

月	日	曜日	時間	場所	地区	内容
1月	6	木	9:00~10:30	忌部農業構造改善センター	山川	
			13:00~14:30	鍛冶屋敷公会堂	川島	口腔ケア
	11	火	9:00~10:30	川島老人福祉センター	川島	口腔ケア
			13:00~14:30	山路東原集会所	鴨島	栄養のお話
	12	水	9:00~10:30	川島公民館久保田分館	川島	楽しい脳体操
	13	木	9:00~11:00	西麻植公民館	鴨島	
	14	金	9:00~10:30	三ツ島西公会堂	川島	口腔ケア
			13:30~15:00	山瀬公民館	山川	
	17	月	9:00~10:30	南町集会所	山川	楽しい脳体操
			13:00~14:30	飯尾敷地公民館・飯尾敷地コミュニティセンター	鴨島	
	18	火	9:00~10:30	東新町ふれあい会館	鴨島	介護予防体操
			13:00~14:30	山川公民館	山川	
	19	水	9:10~10:40	東山老人憩の家	美郷	
	20	木	9:00~11:00	西麻植市郷会館	鴨島	楽しい脳体操
	24	月	9:00~10:30	鴨島老人福祉センター	鴨島	楽しい脳体操
			13:00~14:30	知恵島老人憩の家	鴨島	楽しい脳体操
25	火	9:00~10:30	川島公民館山田分館	川島		
28	金	9:00~10:30	森山公民館	鴨島	楽しい脳体操	

※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。

※講座内容は変更する場合があります。