

11月の介護予防教室

月	日	曜日	時間	場所	地区	内容	
11月	1	月	13:00~14:30	立石公会堂	川島	健康 相談	介護予防体操
	2	火	9:00~10:30	東新町ふれあい会館	鴨島		栄養のお話
			13:00~14:30	山路東原集会所	鴨島		楽しい脳体操
	4	木	9:00~10:30	忌部農業構造改善センター	山川		楽しい脳体操
			13:00~14:30	鍛冶屋敷公会堂	川島		
	5	金	9:00~10:30	川島公民館岡山分館	川島		口腔ケア
			13:00~14:30	瀬詰老人会館	山川		楽しい脳体操
	8	月	9:00~10:30	南町集会所	山川		介護予防体操
			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		介護予防体操
	9	火	9:00~10:30	川島老人福祉センター	川島		介護予防体操
			13:00~14:30	元木会館	山川		栄養のお話
	10	水	9:00~10:30	川島公民館久保田分館	川島		介護予防体操
	12	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
	16	火	9:00~10:30	川島公民館上桜分館	川島		楽しい脳体操
			13:00~14:30	山川公民館	山川		介護予防体操
	17	水	9:00~10:30	川島公民館朝日ヶ丘分館	川島		口腔ケア
			9:10~10:40	東山老人憩の家	美郷		楽しい脳体操
18	木	9:00~11:00	西麻植市郷会館	鴨島	介護予防体操		
		9:00~10:30	鴨島老人福祉センター	鴨島	介護予防体操		
22	月	13:00~14:30	知恵島老人憩の家	鴨島	介護予防体操		
		9:00~10:30	森山公民館	鴨島	介護予防体操		
26	金	9:00~10:30	森山公民館	鴨島	介護予防体操		
30	火	9:00~10:30	川島公民館山田分館	川島	介護予防体操		

※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。