



介護予防教室のお知らせ



参加者募集

令和 7 年度の介護予防教室は、回数を増やして 4 月・5 月・6 月・9 月・10 月・12 月・年明け 2 月を予定しています。全日程第 3 火曜日と統一して開催します。ご参加お待ちしております。

《前半の日程》

日 程	内 容	講 師	時 間
令和 7 年 4 月 15 日 (火)	ウォーキング講習	浅沼美那子先生	9:30～11:30
5 月 20 日 (火)	ウォーキング講習	浅沼美那子先生	9:30～11:30
6 月 17 日 (火)	健康体操	清田尚子先生	9:30～11:30
9 月 16 日 (火)	健康体操	清田尚子先生	9:30～11:30

* 中止・変更になる場合もありますのでご確認お願い致します。

場 所 : 東初富公民館 1 階ふれあいホール

持 ち 物 : 汗拭きタオル・飲み物

* 会場には土足にて入れますので動きやすい服装でお越し下さい。

* 6 月・9 月はバスタオルとお持ちの方は 20 cm のバランスボール

参 加 費 : 無料

募集人数 : 30 名



* 申し込み制ですのでお電話にて申し込みをお願い致します。

【お申込み先】 中央東地区社会福祉協議会 火曜～土曜 (9 時～16 時)

TEL・FAX 047-442-5144 (留守電可)

裏面に地図を掲載しています