



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20cm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