

緑苑 介護予防事業日程

10月

令和3年9月30日 現在

曜日	活動名	会場	開催日	時刻	備考
ほっとサロン（地域デイサービス） （年間登録制：月額500円）					
月	ほっとサロン（地域デイサービス） 月曜日午前	緑苑	4日 11日 18日 25日	①部 9:15～ ②部 10:30～	登録制・短時間開催で参加人数が多い会場は2部制となります。 （各45分） ①部 9:15～10:00 ②部 10:30～11:15
木	ほっとサロン（地域デイサービス） 木曜日午前	商工会議所	7日 14日 21日 28日		
金	ほっとサロン（地域デイサービス） 金曜日午前	商工会議所	1日 8日 15日 22日 29日		
土	ほっとサロン（地域デイサービス） 土曜日午前	生涯 学習センター	2日 9日 16日 23日 30日		
介護予防推進事業（元気アップ体操教室：2期 12～2月） （3ヶ月間全10回：1000円）					
月	元気アップ体操教室 月曜日午後	緑苑		①部 14:00～	登録制・短時間開催で参加人数が多い会場は2部制となります。 （各45分） 午前の部 ①部 10:00～10:45 ②部 11:00～11:45 午後の部 ①部 14:00～14:45 ②部 15:00～15:45
水	元気アップ体操教室 水曜日午前	生涯 学習センター		①部 10:00～ ②部 11:00～	
	元気アップ体操教室 水曜日午後	生涯 学習センター		①部 14:00～ ②部 15:00～	
木	元気アップ体操教室 木曜日午後	生涯 学習センター		①部 14:00～	
金	元気アップ体操教室 金曜日午後	緑苑		①部 14:00～	
土	元気アップ体操教室 土曜日午後	緑苑		①部 14:00～ ②部 15:00～	
地域交流体操 （参加費無料：CDに合わせて）					
月	地域交流体操 月曜日午後	緑苑			登録制・短時間開催で参加人数が多い会場は2部制となります。 （各45分） 
水	地域交流体操 水曜日午前	生涯 学習センター	6日 13日 20日 27日	①部 10:00 ②部 11:00	
	地域交流体操 水曜日午後	生涯 学習センター			
木	地域交流体操 木曜日午後	生涯 学習センター			
金	地域交流体操 金曜日午後	緑苑	8日 15日 22日 29日	①部 14:00 ②部 15:00	
土	地域交流体操 土曜日午後	緑苑			
介護予防講座等 （参加費無料）					
火	百人一首写し書き講座 第3火曜日午後	緑苑		①部 14:00～ ②部 15:00～	定員制・短時間の開催となります 参加人数が多い会場は2部制となっています
水	体操講座 第4水曜日午前	生涯学習センター 3階研修室	10月27日	①部 10:00～	
金	百人一首写し書き講座 第4金曜日午前	生涯学習センター 2階研修室	10月22日	①部 10:00～ ②部 11:00～	

・予定は変更する場合があります。随時ご確認ください。

お問合せ 地域包括支援センター緑苑：042-367-6215

