

緑苑 介護予防事業日程

12月

令和3年11月25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 | 6 13 20 27 | 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 | 2 9 16 23 | | |
| 金 | ほっとサロン（地域デイサービス） 金曜日午前 | | 3 10 17 24 | | |
| 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 | 4 11 18 25 | | |
| 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 | 6 13 20 27 | ①部 14:00~ ②部 15:15~ | 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 15:15~16:00 |
| 水 | 元気アップ体操教室 水曜日 午前 | 生涯 学習センター | 8 15 22 | ①部 10:00~ | |
| | 元気アップ体操教室 水曜日 午後 | | 1 8 15 22 | ①部 14:00~ | |
| 木 | 元気アップ体操教室 木曜日 午後 | 緑苑 | 9 16 23 | ①部 14:00~ | |
| 金 | 元気アップ体操教室 金曜日 午後 | | 3 10 17 | ①部 14:00~ ②部 15:15~ | |
| 土 | 元気アップ体操教室 土曜日 午後 | | 4 11 18 25 | ①部 14:00~ ②部 15:15~ | |
| 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 | 8 15 22 | ②部 11:00~ | |
| | 地域交流体操 水曜日 午後 | | 1 8 15 22 | ②部 15:00~ | |
| 木 | 地域交流体操 木曜日 午後 | 緑苑 | 9 16 23 | ②部 15:00~ | |
| 金 | 地域交流体操 金曜日 午後 | | | | |
| 土 | 地域交流体操 土曜日 午後 | | | | |
| 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 | 12月21日 | ①部 14:00~ ②部 15:00~ | 定員制・短時間の開催となります |
| 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 | 12月22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 | 12月24日 | ①部 10:00~ ②部 11:00~ | 参加人数が多い会場は2部制となっています |

・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

