

緑苑 介護予防事業 月間日程

3月

令和4年2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	7 14 21 28	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	3 10 17 24		
金	ほっとサロン（地域デイサービス） 金曜日午前		4 11 18 25		
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	5 12 19 26		
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 15:15~16:00
水	元気アップ体操教室 水曜日 午前	生涯 学習センター		①部 10:00~	
	元気アップ体操教室 水曜日 午後			①部 14:00~	
木	元気アップ体操教室 木曜日 午後			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~ ②部 15:15~	
土	元気アップ体操教室 土曜日 午後			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	7 14 21 28	①部 14:00~ ②部 15:15	登録制・短時間開催で参加人数が多い登録制・短時間開催で参加人数が多い会場は2部制となります。 
水	地域交流体操 水曜日 午前	生涯 学習センター	2 9 23	②部 11:00~	
	地域交流体操 水曜日 午後		2 9 23	②部 15:00~	
木	地域交流体操 木曜日 午後		3 10 24	②部 15:00~	
金	地域交流体操 金曜日 午後	緑苑	4 11 18 25	①部 14:00~ ②部 15:15	
土	地域交流体操 土曜日 午後			5 12 19 26	
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	3月15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	3月23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	3月25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