

介護予防教室・介護者教室・介護者のつどいのご案内（2022年5月）

月	日	曜日	時間帯	開始時間	終了時間	講座テーマ	主な内容	形態	実施会場の地区名	会場名	対象	参加費	定員	事前申し込み	申込開始日	担当	問合せ先電話番号
5	26	木	午前	10時	11時	介護予防教室 『効果的な体操とストレッチとは？』	運動	教室	更北	更北公民館	市内在住の65歳以上の方	無料	10	要	4月27日	在宅介護支援センター インターコート藤	284-6215