

介護予防教室・介護者教室・介護者のつどいのご案内（2026年1月）

※諸事情のため、中止となる場合があります。お問い合わせの上ご参加ください。

＜長野市ホームページ20日掲載予定＞

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(要・不要)	申込開始日	担当	問合せ先電話番号	備考
1	23	金	午前	10時	11時30分	介護者教室 人生の最期を後悔しないために……～私の人生会議～	介護	講座	吉田	ノルテナがの公民館 3階大教室	市内在住の65歳以上の方	なし	20名	要		地域包括支援センター 吉田	266-0567	
1	23	金	午前	10時	11時30分	介護者教室 知って安心 認知症予防講座 (3回シリーズ) ③認知症予防～今からできる事～	介護	講座	篠ノ井	総合福祉施設やすらぎの園		無料	15名	要	随時	地域包括支援センター やすらぎの園	214-6133	