

介護予防教室・介護者教室・介護者のつどいのご案内（2026年6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
6	20	土	午前	10時	12時	介護者教室 音楽を身近に 心もからだもリフレッシュ	健康	講座	更北	コスモスタセコホール	市内在住の65歳以上の方	無料	40	要	5月7日	地域包括支援センター コスモス	284-2166	市内在住の方であればどなたでも大歓迎です。みんなと一緒に声を出して気分転換しましょう！