

介護予防教室・介護者教室・介護者のつどいのご案内（2022年6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	の実施地区 会場名	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
6	9	木	午前	10時	11時	介護予防教室 『英会話を体験してみましょう!』	生活	教室	更北	更北公民館 集会室	市内在住 の65歳以上の方	無料	10人	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
6	16	木	午前	10時	11時	介護予防教室 『住宅災害の際の備え&肩こり改善 ストレッチ』	防災	講座	更北	更北公民館 集会室	市内在住 の65歳以上の方	無料	10人	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
6	23	木	午前	10時	11時	介護予防教室 『夏に気をつけたい食中毒予防につ いての基礎知識』	健康	講座	更北	更北公民館 集会室	市内在住 の65歳以上の方	無料	10人	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
6	30	木	午前	10時	11時	介護予防教室 『足腰を鍛えられる方法を学ぼう!』	運動	講座	更北	更北公民館 集会室	市内在住 の65歳以上の方	無料	10人	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