

11 2025 月 介護予防教室行事予定



日	曜	行 事	時 間	場 所
1	土			
2	日			
3	月	文化の日		
4	火	すまいるライフ教室	13:30~15:00	交流センター
5	水	ハッピー教室 健康運動教室 男・団・Dandy	10:00~11:00 10:30~12:00 14:00~15:00	豊原公民館 湯楽里 湯楽里
6	木	ぷち♪歌声広場	11:00~12:00	湯楽里
7	金	体いきいき健康体操 わくわく教室	13:00~14:30 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
8	土			
9	日			
10	月	ハッピー教室 チョイキタ体操	10:00~11:00 11:00~12:00	交流センター 湯楽里
11	火	ひだまり講習会 みんなで楽しく歌おう すまいるライフ教室	10:00~11:30 11:00~12:00 13:30~15:00	ひだまり 湯楽里 交流センター
12	水	和紙ちぎり絵教室 ハッピー教室	10:30~12:00 13:30~14:30	湯楽里 いきがい健康館
13	木	きてGOやってGOチョイキタ体操 脳と体を元気にする体操教室	10:00~11:00 10:30~12:00	交流センター 湯楽里
14	金	ひだまり教室 ハッピー教室 らせん流操体法	10:00~11:30 10:00~11:00 11:00~12:00	ひだまり 白方 湯楽里
15	土			
16	日			
17	月	ボディコンディショニング教室 さくら倶楽部フォローアップ	10:30~12:00 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
18	火	ハッピー教室 すまいるライフ教室	10:00~11:00 13:30~15:00	四箇公民館 交流センター
19	水	カレンダー作り 男・団・Dandy	10:30~12:00 14:00~15:00	湯楽里 湯楽里
20	木	いきいき健康体操	10:30~12:00	湯楽里
21	金	フットケア わくわく教室	10:30~12:00 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
22	土			
23	日			
24	月	振替休日		
25	火	みんなで楽しく歌おう	11:00~12:00	湯楽里

		すまいるライフ教室	13:30~15:00	交流センター
26	水	ハッピー教室 踊りのつどい	10:00~11:00 11:00~12:00	四箇公民館 湯楽里
27	木	ハッピー教室 きてGOやってGOチョイキタ体操	10:00~11:00 10:00~11:00	多目的ホール 交流センター
28	金	チョイキタ体操 ハッピー教室	11:10~12:00 13:30~14:30	湯楽里 健康館
29	土			
30	日			

問い合わせ先

・いきいき健康体操 ・健康運動教室 ・体いきいき健康体操・チョイキタ体操 ・脳と体を元気にする体操教室 ・ボディコンディショニング教室 ・らせん流操体法・ぷち♪歌声広場 ・和紙ちぎり絵教室・カレンダー作り ・みんなで楽しく歌おう・フットケア ・踊りのつどい	多度津町社会福祉協議会 (電話：32-8501) 【警報発令時の介護予防教室の中止について】 警報が発令されている場合は中止になる可能性があります。 詳細はお問い合わせください。
・わくわく教室 ・きてGO やってGO チョイキタ体操 ・すまいるライフ教室 ・ハッピー教室 ・さくら倶楽部 ・さくら倶楽部フォロ-アップ教室 ・男・団・Dandy	多度津町地域包括支援センター (電話：33-1138) 【警報発令時の介護予防教室の中止について】 警報が発令されている場合は中止になる可能性があります。 詳細はお問い合わせください。
・ひだまり講習会 ・ひだまり教室	多度津町シルバー人材センター (電話：33-4755) 【警報発令時の介護予防教室の中止について】 警報が発令されている場合は中止になる可能性があります。 詳細はお問い合わせください。



決めて安心かかりつけ医

日頃から、健康管理を行ってくれるかかりつけ医を持つことが大切です。

多度津町ホームページ公式 YouTube

「決めて安心かかりつけ医」をご覧ください

