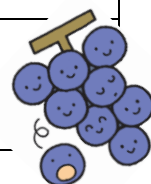


2025 9月 介護予防教室行事予定

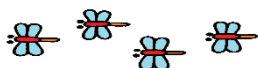
日	曜	行 事	時 間	場 所
1	月	チョイキタ体操 さくら倶楽部フォローアップ	11:00~12:00 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
2	火	すまいるライフ教室	13:30~15:00	交流センター
3	水	ハッピー教室 健康運動教室 男・団・Dandy	10:00~11:00 10:30~12:00 14:00~15:00	豊原公民館 湯楽里 湯楽里
4	木			
5	金	体いきいき健康体操 わくわく教室	13:00~14:30 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
6	土			
7	日			
8	月	ハッピー教室 ボディコンディショニング教室	10:00~11:00 10:30~12:00	交流センター 湯楽里
9	火	ひだまり講習会 すまいるライフ教室	10:00~11:30 13:30~15:00	ひだまり 交流センター
10	水	ハッピー教室	13:30~14:30	健康館
11	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
12	金	ハッピー教室 らせん流操体法 ひだまり教室	10:00~11:00 11:00~12:00 10:00~11:30	白方公民館 湯楽里 ひだまり
13	土			
14	日			
15	月	敬老の日		
16	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
17	水	男・団・Dandy	14:00~15:00	湯楽里
18	木	きてGOやってGOチョイキタ体操 いきいき健康体操	10:00~11:00 10:30~12:00	交流センター 湯楽里
19	金	わくわく教室	13:30~14:30	多目的ホール
20	土			
21	日			
22	月	ハッピー教室	13:30~14:30	交流センター
23	火	秋分の日		
24	水	ハッピー教室	10:00~11:00	四箇公民館
25	木	ハッピー教室	10:00~11:00	多目的ホール
26	金	チョイキタ体操 ハッピー教室	11:00~11:30 13:30~14:30	湯楽里 健康館
27	土			
28	日			



29	月	ボディコンディショニング教室	10:30~12:00	湯楽里
30	火	すまいるライフ教室	13:30~15:00	交流センター

問い合わせ先

・男性の料理教室（初心者・経験者） ・いきいき健康体操 ・健康運動教室 ・体いきいき健康体操 ・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 ・チョイキタ体操 ・らせん流操体法	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ーアップ教室 ・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

