

2026 2月 介護予防教室行事予定

日	曜	行 事	時 間	場 所
1	日			
2	月	健康麻雀教室 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
3	火	すまいるライフ教室	13:30~15:00	交流センター
4	水	健康運動教室 ハッピー教室 男・団・Dandy	10:30~12:00 10:00~11:00 14:00~15:00	湯楽里 豊原公民館 湯楽里
5	木	さくら倶楽部 ぶち♪歌声広場	13:30~15:00 11:15~12:00	多目的ホール 湯楽里
6	金	体いきいき健康体操 わくわく教室	13:00~15:00 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
7	土			
8	日			
9	月	ハッピー教室 チョイキタ体操 介護予防講演会	10:00~11:00 11:00~12:00 13:30~15:00	交流センター 湯楽里 多目的ホール
10	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
11	水	建国記念日		
12	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 さくら倶楽部	10:00~11:00 10:30~12:00 13:30~15:00	交流センター 湯楽里 多目的ホール
13	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 白方公民館 湯楽里
14	土			
15	日			
16	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
17	火	ハッピー教室 健康麻雀教室 すまいるライフ教室	10:00~11:00 10:30~12:00 13:30~15:00	四箇公民館 湯楽里 交流センター
18	水	和紙ちぎり絵教室 カレンダー作り 男・団・Dandy	10:30~12:00 10:30~12:00 14:00~15:00	湯楽里 湯楽里 湯楽里
19	木	いきいき健康体操 さくら倶楽部	10:30~12:00 13:30~15:00	湯楽里 多目的ホール
20	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
21	土			
22	日			
23	月	天皇誕生日		



24	火	すまいるライフ教室	13:30~15:00	
25	水	ハッピー教室 踊りの集い	10:00~11:00 11:00~12:00	四箇公民館 湯楽里
26	木	ハッピー教室 きてGOやってGOチョイキタ体操 さくら倶楽部	10:00~11:00 10:00~11:00 13:30~15:00	多目的ホール 交流センター 多目的ホール
27	金	チョイキタ体操 ハッピー教室	11:00~12:00 13:30~14:30	湯楽里 健康館
28	土			

問い合わせ先

<ul style="list-style-type: none"> ・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・ぶち♪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 ・健康麻雀教室 	<p>多度津町社会福祉協議会 (電話：32-8501)</p> <p>【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。</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・さくら倶楽部フォアアップ ・男・団・Dandy 	<p>多度津町地域包括支援センター (電話：33-1138)</p> <p>【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。</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・ひだまり講習会 ・ひだまり教室 	<p>多度津町シルバー人材センター (電話：33-4755)</p> <p>【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。</p>



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



