



2026

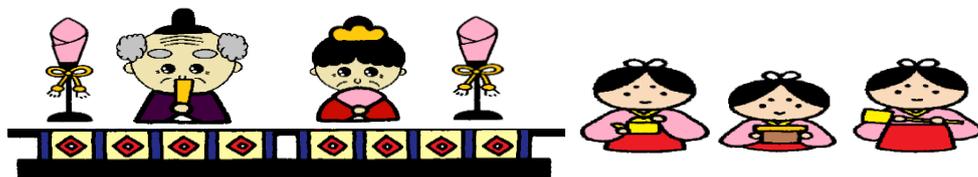
3月 介護予防教室行事予定

日	曜	行 事	時 間	場 所
1	日			
2	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
3	火	すまいるライフ教室 	13:30~15:00	交流センター
4	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
5	木	ぷち♪歌声広場	10:30~12:00	湯楽里
6	金	わくわく教室 体いきいき健康体操	13:30~14:30 13:00~15:00	多目的ホール 湯楽里
7	土			
8	日			
9	月	チョイキタ体操 ハッピー教室	11:00~12:00 10:00~11:00	湯楽里 交流センター
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	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 四箇地区いきがい健康館
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	10:00~11:00 10:30~12:00	交流センター 湯楽里
13	金	ハッピー教室 ひだまり教室 らせん流操体法	10:00~11:00 10:00~11:30 11:00~12:00	白方公民館 ひだまり 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教室	10:30~12:00 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
17	火	すまいるライフ教室	13:30~15:00	交流センター
18	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
19	木	いきいき健康体操	10:30~12:00	湯楽里
20	金	春分の日 		
21	土			
22	日			
23	月	ハッピー教室 	13:30~14:30	交流センター
24	火	ハッピー教室 みんなで楽しく歌おう すまいるライフ教室	10:00~11:00 11:00~12:00 13:30~15:00	四箇公民館 湯楽里 交流センター
25	水	ハッピー教室	10:00~11:00	四箇公民館

		踊りのつどい	11:00~12:00	湯楽里
26	木	ハッピー教室 フットケア	10:00~11:00 10:30~12:00	多目的ホール 湯楽里
27	金	ハッピー教室 チョイキタ体操	13:30~14:30 11:00~12:00	健康館 湯楽里
28	土			
29	日			
30	月			
31	火			

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 ・ ぴち♪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 • さくら倶楽部フォローアップ • 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

