



2026



4月 介護予防教室行事予定

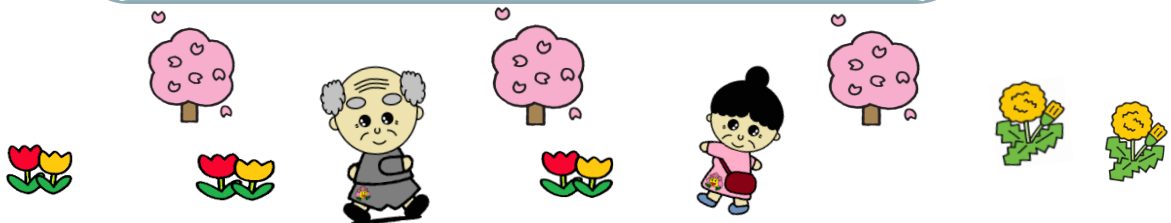
日	曜	行 事	時 間	場 所
1	水	健康運動教室	10:30~12:00	湯楽里
2	木	ぷち♪歌声広場	11:15~12:00	湯楽里
3	金	体いきいき健康体操 わくわく教室	13:00~14:30 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
4	土			
5	日			
6	月	ボディコンディショニング教室 にこにこ脳トレ体操	10:30~12:00 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
7	火	ひだまり講習会	10:00~11:30	ひだまり
8	水	和紙ちぎり絵教室	10:30~12:00	湯楽里
9	木	脳と体を元気にする体操教室	10:30~12:00	湯楽里
10	金	ひだまり教室 らせん流操体法	10:00~11:30 11:00~12:00	ひだまり 湯楽里
11	土			
12	日			
13	月			
14	火	きてGOやってGOチョイキタ体操 みんなで楽しく歌おう	10:00~11:00 11:00~12:00	交流センター 湯楽里
15	水	カレンダー作り	10:30~12:00	湯楽里
16	木	いきいき健康体操	10:30~12:00	湯楽里
17	金	チョイキタ体操 わくわく教室	11:00~12:00 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
18	土			
19	日			
20	月	ボディコンディショニング教室 にこにこ脳トレ体操	10:30~12:00 13:30~14:30	湯楽里 多目的ホール
21	火			
22	水	踊りのつどい	11:00~12:00	湯楽里
23	木			
24	金	楽楽体操	13:00~14:30	湯楽里
25	土			
26	日			
27	月	チョイキタ体操	11:05~11:35	湯楽里
28	火	みんなで楽しく歌おう	11:00~12:00	湯楽里
29	水	昭和の日		
30	木			



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• 踊りのつどい ・楽楽体操	<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• にこにこ脳トレ体操	<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>

皆様のご参加をお待ちしています



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

