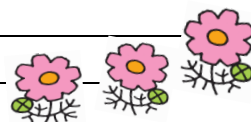
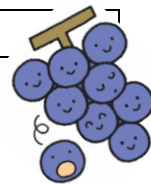


2026 9月 介護予防教室行事予定

日	曜	行 事	時 間	場 所
1	火			
2	水	健康運動教室 Dandy	10:30~12:00 14:00~15:00	湯楽里 湯楽里
3	木	ぶち♪歌声広場 ハッピー教室	11:00~12:00 13:30~14:30	湯楽里 白方公民館
4	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
5	土			
6	日			
7	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
8	火	ひだまり講習会 きてGOやってGOチョイキタ体操 みんなで楽しく歌おう	10:00~11:30 10:00~11:00 11:00~12:00	ひだまり 交流センター 湯楽里
9	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
10	木	脳と体を元気にする体操教室	10:30~12:00	湯楽里
11	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
12	土			
13	日			
14	月	ハッピー教室	10:00~11:00	交流センター
15	火	ハッピー教室 健幸教室	10:00~11:00 10:30~12:00	四箇公民館 湯楽里
16	水	カレンダー作り Dandy	10:30~12:00 14:00~15:00	湯楽里 湯楽里
17	木	いきいき健康体操	10:30~12:00	湯楽里
18	金	(湯楽里敬老の日) チョイキタ体操	11:00~11:35	湯楽里
19	土			
20	日			
21	月	敬老の日		
22	火	国民の休日		
23	水	秋分の日		
24	木	ハッピー教室 フットケア	10:00~11:00 10:30~14:00	多目的ホール 湯楽里
25	金	楽楽体操 ハッピー教室	13:00~14:30 13:30~14:30	湯楽里 いきがい健康館
26	土			



27	日			
28	月	ハッピー教室	13:30~14:30	交流センター
29	火	みんなで楽しく歌おう	11:00~12:00	湯楽里
30	水	踊りのつどい	11:00~12:00	湯楽里

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 ・みんなで楽しく歌おう ・チョイキタ体操 ・和紙ちぎり絵教室 ・らせん流操体法 ・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 ・ぶち♪歌声広場 ・健幸教室 ・楽楽体操 ・踊りのつどい ・湯楽里敬老の日 ・カレンダー作り ・フットケア	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 ・ハッピー教室 ・にこにこ脳トレ体操 ・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



