

令和8年度 「森の園」 介護予防教室 予定表

会場：森の園 4階多目的ホール

時間：13時30分～14時40分

参加をご希望の方は、森の園（☎089-982-7474）までご連絡ください。

開催日	内容（※予定）
4月16日（木）	転倒予防・フレイル予防
5月21日（木）	生活習慣病・病気悪化予防
6月18日（木）	感染症・食中毒予防
6月未定日 集会所	介護予防（脳トレ、体操）
7月16日（木）	体力測定①、介護予防
8月20日（木）	認知症予防（身体、脳の活性）
9月17日（木）	転倒予防・フレイル予防
10月15日（木）	生活習慣病・病気悪化予防
11月19日（木）	感染症・食中毒予防
11月未定日 集会所	介護予防（脳トレ、体操）
1月21日（木）	体力測定②、介護予防
2月18日（木）	認知症予防（身体、脳の活性）
2月未定日	介護予防（脳トレ、体操）
3月18日（木）	生活習慣病・病気悪化予防

※内容は予告なく変更になる場合がありますので、予めご了承ください。