

柿崎いきいき元気教室

初春の候、皆様いかがお過ごしでしょうか。
さて、平成29年度の「柿崎いきいき元気教室」の開催が下記の通り決定いたしましたのでお知らせします。たくさんの皆様の参加をお待ちしております。

◆「介護予防教室」とは？

皆さんが、いつまでも、健康で、寝たきりや介護が必要な状態にならないようにする為には、元気なうちから健康管理や健康増進への取り組みを行う事が大切です。「柿崎いきいき元気教室」では、いつまでも、健康で、住み慣れた地域でいきいきと生活が送れるように、寝たきりの要因となる、「転倒」や「認知症」予防等、毎月テーマを変え講座を開催し、支援しています。

◆参加対象の方

概ね65歳以上の方で、「介護予防」に興味のある方なら誰でも参加できます。

◆日程(※その後の日程については、随時、お知らせ致します。)

5月コース	7月コース	9月コース	11月コース	1月コース	3月コース
5月31日 (水)	7月21日 (金)	9月22日 (金)	11月24日 (金)	平成30年 1月26日 (水)	平成30年 3月23日 (金)

◆時間：午後1時30分～3時30分

◆場所：かきざき福祉センター

◆お問合せ先：参加のご希望やご質問につきましては、下記の方までご連絡下さい。
(※送迎をご希望の方は、お申し込みの際、ご相談ください。)

●柿崎地域包括支援センター：(536)6312(担当：広瀬)

