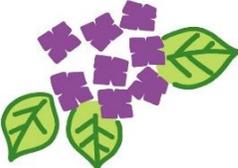


# 6月 介護予防事業のお知らせ

発行日5月15日

◎シニア介護予防講座（市内在住概ね65歳以上） ▲40歳からの介護予防講座（市内在住40～64歳） ♪栄養講座（市内在住60歳以上）  
 ☆すっきり・しゃっきり健康教室（市内在住60歳以上） ◆男性講座（市内在住75歳以上） ◇男性講座（市内在住60～74歳）  
 （午前） 9：30～11：30 （午後） 13：00～15：00 ※講座により開催時間は異なります。

曜日	月	火	水	木	金	土	日
日にち		1	2	3	4	5	6
午前		▲弱点克服！エクササイズ ◎やろまいサロン	◎やろまいサロン	◎やろまいサロン	◎やろまいサロン	◎やろまいサロン	休み
午後		◎やろまいサロン	◎イスに座って ゆったり体操	◎季節の折り紙教室	☆すっきり・しゃっきり 健康教室 ◎やろまいサロン	◎やろまいサロン	
日にち	7	8	9	10	11	12	13
午前	休み	◎脳トレピアノ ◆筋力トレーニング	◎やろまいサロン	◎やろまいサロン ♪元気になれる 料理講座①	◎やろまいサロン	◎やろまいサロン	休み
午後		◎ノルディック ウォーキング ◇筋力トレーニング	◎万福体そう	◎やろまいサロン	☆すっきり・しゃっきり 健康教室 ◎遊書	◎やろまいサロン	
日にち	14	15	16	17	18	19	20
午前	休み	◎やろまいサロン	◎やろまいサロン	◎やろまいサロン ▲初心者のための フラダンス	◎やろまいサロン	◎やろまいサロン	休み
午後		◎やろまいサロン ◇筋力トレーニング	◎筋力トレーニング	◎やろまいサロン	☆すっきり・しゃっきり 健康教室 ◎やろまいサロン	◎やろまいサロン	
日にち	21	22	23	24	25	26	27
午前	休み	◎脳トレピアノ ◆筋力トレーニング	◎はじめての フラダンス	◎やろまいサロン ♪元気になれる 料理講座②	◎やろまいサロン ▲初心者のための フラダンス	◎やろまいサロン	休み
午後		◎やろまいサロン ◇筋力トレーニング	◎万福体そう	◎貼り絵カレンダー	☆すっきり・しゃっきり 健康教室 ◎やろまいサロン	◎やろまいサロン	
日にち	28	29	30	<b>会場は全て総合福祉センターです。</b> <b>詳細については各講座のチラシを</b> <b>ご覧ください。</b> 			
午前	休み	◎やろまいサロン	◎はじめての フラダンス				
午後		◎ノルディック ウォーキング	◎やろまいサロン				

問合せ：安城市社会福祉協議会地域福祉課介護予防係 電話77-7896

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止する場合があります。中止の場合は安城市社協ウェブサイトに掲載しますので、ご確認ください。