

こけないからだ体操講座

平成30年2月末現在

	地区		団体名	講座開始月日	講座日程	人数	場所
1	3	寺柱	サロンさくら	平成29年1月11日(水)	毎週水曜日 9時	12	寺柱コミセン
2	1	山王原	山王原体操クラブ	1月19日(木)	毎週木曜日 9時30分	12	山王原児童館
3	9	東植木	サロンみどり	3月2日(木)	毎週木曜日 13時30分	25	9地区分館
4	8	稗田	ふれあいサロン稗田	2月22日(水)	毎週水曜日 10時	15	稗田コミュニティセンター
5	7	中原	サロン花の会	2月25日(土)	毎週土曜日(第1・3水) 9時30分	11	中原コミュニティセンター
6	2	上米	新ちゃんサロン	4月3日(月)	毎週月曜日 10時	13	上米個人宅
7	6	餅原	餅原元気会	4月7日(金)	毎週金曜日 10時	17	餅原研修館
8	4	梶山	あじさいの会	5月6日(土)	毎週土曜日 14時	13	山田集落館
9	6	前目	はつらつ会	6月25日(月)	毎週月曜日 10時	10	前目営農研修館
10	6	前目	のぞみ	9月11日(月)	毎週金曜日 13時30分	25	前目営農研修館
11	8	稗田	稗田6支部ふれあいサロン	H30年1月17日(水)	毎週水曜日 10時	6	個人宅



■65歳以上の方全員を対象とする介護予防事業

	教室名	実施場所	日時	内容	参加条件	備考
1	足もと元気教室	各地区分館等	9:30～11:00又は 13:30～15:00	体調チェック、ストレッチ体操、転倒予防体操等	おおむね65歳以上	送迎なし 別紙参照

■65歳以上の方で特に介護が必要になるおそれの高い方向けの介護予防事業

	教室名	実施場所	日時	内容	参加条件	備考
2	骨コソ貯筋教室	総合福祉センター(元気の杜)	7月から1月までの毎週 火曜日10:00～11:30 又は13:30～15:00	体調チェック、ストレッチ体操、介護予防のための体操等	おおむね65歳以上	送迎なし/参加申込書あり

■町民対象

	教室名	実施場所	日時	内容	参加条件	備考
3	こけないからだ講座	地区分館、コミュニティセンター等	別紙あり	こけないからだ体操 他	町民	自主運営

■町民対象

	教室名	実施場所	日時	内容	参加条件	備考
4	ノルディック ウォーキング教室	10ヶ所	詳細はお問い合わせ ください。	ノルディック ウォーキング	町民	雨天時は中止

■町民対象

	教室名	実施場所	日時	内容	参加条件	備考
6	認知症講演会	9地区分館等	3月14日(水)14時	認知症の理解を深めるための講座	町民	回覧等で広報(毎年度3回程計画いたします)

※平成30年度の各教室等日程は、現在調整中です。ご了承ください。

◆ 問合せ先：三股町地域包括支援センター（三股町役場福祉課内） TEL：0986（52）8634