

# 介護予防教室



地域にお住まいの65歳以上の方ならどなたでも参加できます

**元気！！わくわく体操**

**日時：第一月曜日**

**14:00～15:00**

**場所：四条会館**

**コミュニティカフェ**

**月に一度開催**

**日時はお問合せ下さい**

**場所：やまなみプラザ**

**元気！脳トシ教室**

**日時：第四火曜日**

**14:00～15:00**

**場所：縄手公民分館**

**男性のみの介護予防教室**

**「侍！ストレッチ」**

**日時：第三金曜日**

**14:00～15:00**

**場所：縄手公民分館**

**問い合わせ先：地域包括支援センター四条**

**072-940-7568**