

平成31年4月

中区 シニアお出かけカレンダー

健康長寿は

社会参加 体づくり 食生活・口腔ケア

中区内でおこなわれているサロン・講座・教室に積極的に参加しよう！

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
午 前	サロン(大須-2) 大須	はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(正木-1) 唄ごえ十八番	サロン(栄-1) ぼっかぼか	サロン(老松-5) ふれあいサロン みらい	サロン(橋-3) にこにこ		サロン(大須-4) 楽運寺いきいき	サロン(平和-2) TOMO	サロン(栄-3) つどい	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	はつらつ(千早) 千早コミセン	サロン(橋-3) にこにこ		サロン(大須-2) 大須
	はつらつ(老松) 鶴舞荘集会所	福祉会館 認知症予防教室	はつらつ(名城) 名城小	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	はつらつ(千早) 千早コミセン			サロン(正木-2) 正木	はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(老松-5) ふれあいサロン みらい	はつらつ(橋) 橋会館	認知症カフェ くらカフェ	福祉会館 手のマッサージ		サロン(松原-1) 松原
	ウォーキング グループ 白川ウォーク		福祉会館 認知症予防教室	サロン(橋-1) 歴史発見ふれあい	福祉会館 折り紙サロン			はつらつ(老松) 鶴舞荘集会所	福祉会館 認知症予防教室	サロン(平和-3) 平和	福祉会館 認知症予防教室	ウォーキング グループ さわやか鶴舞			はつらつ(老松) 鶴舞荘集会所
			ウォーキング グループ はち丸ウォーク	はつらつ(橋) 橋会館	ウォーキング グループ さわやか鶴舞			福祉会館 みんなでピンポン		サロン(正木-1) 唄ごえ十八番					福祉会館 みんなでピンポン
				福祉会館 認知症予防教室				ウォーキング グループ 白川ウォーク		はつらつ(名城) 名城小					ウォーキング グループ 白川ウォーク
										福祉会館 認知症予防教室					
午 後	サロン(新栄-4) つくもカフェ	はつらつ(新栄) ヨナワールド	サロン(栄-2) ネットサロン	サロン(名城-1) ガイア健康	サロン(橋-11) 結の会	サロン(老松-3) なごみ会		サロン(新栄-4) つくもカフェ	サロン(千早-1) 千早	サロン(御園-2) ほっとサロン	サロン(御園-1) いけいけ田中屋	サロン(橋-5) 金曜サロン	サロン(老松-3) なごみ会		サロン(新栄-4) つくもカフェ
	サロン(正木-1) 唄ごえ十八番		福祉会館 歌おう会	サロン(新栄-4) つくもカフェ	サロン(橋-4) 炎火会			サロン(正木-1) 唄ごえ十八番	はつらつ(新栄) ヨナワールド	サロン(栄-2) ネットサロン	サロン(新栄-4) つくもカフェ	サロン(正木) そよ風金山	サロン(平和-1) ひだまりの会		サロン(正木-1) 唄ごえ十八番
	はつらつ(大須) 大須コミセン			サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う				はつらつ(大須) 大須コミセン		サロン(橋-2) ラッタッタヨガ	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う				はつらつ(大須) 大須コミセン
				サロン(A)※ ファミ雀会(橋) 18:00~				福祉会館 いこまえづサロン		サロン(橋-8) 虹の会	サロン(A)※ ファミ雀会(橋) 18:00~				
				はつらつ(正木) むつみグリーン						サロン(橋-9) 橋	はつらつ(正木) むつみグリーン				
				福祉会館 リフレッシュ体操							福祉会館 さわやかヨガ				

認知症サポーター 養成講座

日時：6月8日(土)13:30~15:00

会場：中区在宅サービスセンター3階 先着50名

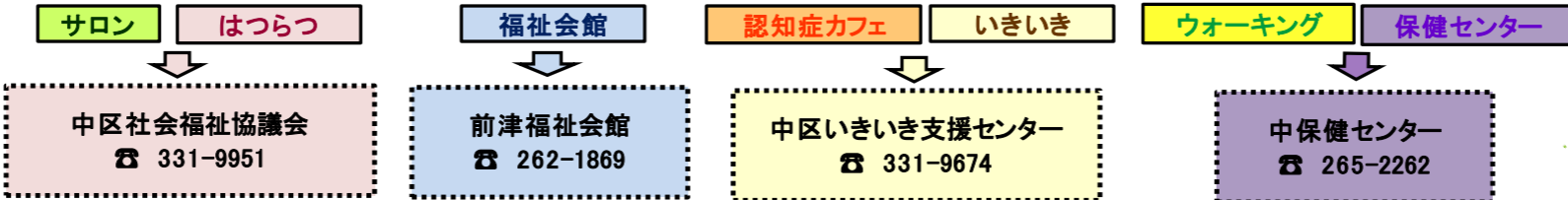
地元アイドルOS☆Uの皆さんと一緒に
「認知症サポーター」になりませんか？

受付：4月11日(木)10:00~受付開始

申込：中区いきいき支援センター まで

※参加者限定サロン

問い合わせ先
詳しい内容は、担当事業所にお問い合わせください。



発行 / 中区地域包括ケア推進会議事務局
生活支援部会・介護予防部会
連絡先 / 中保健センター TEL265-2262
③ 3月末時点の情報を基に作成しています。各事業所にお問い合わせのうえ、ご参加下さい。

平成31年4月

中区 シニアお出かけカレンダー

★健康長寿は★
 社会参加 体づくり 食生活・口腔ケア
 中区内でおこなわれているサロン・講座・教室に積極的に参加しよう！

日	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
午	サロン(橋-6) 絵手紙	サロン(老松-4) 老松	サロン(栄-1) ぼっかぼか	サロン(老松-5) ふれあいサロン みらい	サロン(大須-1) おしゃべり サロンすみれ	サロン(正木-3) たつみ	サロン(正木-2) 正木	サロン(栄-3) つどい	サロン(老松-5) ふれあいサロン みらい	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	サロン(老松) じえねlabo	サロン(大須-3) よりみち	サロン(新栄-3) ふれあい おしゃべり喫茶		
	はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(正木-1) 唄ごえ十八番	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	はつらつ(千早) 千早コミセン	サロン(橋-3) にこにこ		はつらつ(老松) 鶴舞荘集会所	サロン(平和-2) TOMO	サロン(平和-3) 平和	はつらつ(橋) 橋会館	はつらつ(千早) 千早コミセン	サロン(橋-3) にこにこ			
	福祉会館 認知症予防教室	はつらつ(名城) 名城小	サロン(橋-1) 歴史発見ふれあい	福祉会館 折り紙サロン	サロン(橋-7) 手芸の会		福祉会館 みんなでピンポン	はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(正木-1) 唄ごえ十八番	福祉会館 認知症予防教室	ウォーキング グループ さわやか鶴舞				
		福祉会館 認知症予防教室	はつらつ(橋) 橋会館	ウォーキング グループ さわやか鶴舞	福祉会館 なつかし上映会		福祉会館 認知症予防教室	はつらつ(名城) 名城小							
午	はつらつ(新栄) ヨナワールド	サロン(栄-2) ネットサロン	サロン(名城-1) ガイア健康	サロン(橋-11) 結の会	サロン(老松-3) なごみ会		サロン(新栄-4) つくもカフェ	サロン(千早-1) 千早	サロン(御園-2) ほっとサロン	サロン(御園-1) いけいけ田中屋	サロン(橋-5) 金曜サロン	サロン(老松-3) なごみ会			
		サロン(老松-2) 打歌団	サロン(新栄-4) つくもカフェ				サロン(橋-9) 橋	サロン(正木) そよ風金山	サロン(栄-2) ネットサロン	サロン(新栄-4) つくもカフェ		福祉会館 歌おう会			
		サロン(橋-10) たちばな元気かい	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う				サロン(正木-1) 唄ごえ十八番	はつらつ(新栄) ヨナワールド	サロン(新栄-1) シャチホコ	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う					
		サロン(橋-12) 食べよう会	サロン(橋-4) 炎火会				はつらつ(大須) 大須コミセン		サロン(橋-2) ラッタッタヨガ	サロン(橋)※ ファミ雀会(橋) 18:00~					
		福祉会館 きてみてヨガ体操	サロン(橋)※ ファミ雀会(橋) 18:00~				福祉会館 己書を描こう			はつらつ(正木) むつみグリーン					
		認知症カフェ まつばら 認知症カフェ	はつらつ(正木) むつみグリーン							福祉会館 きまぐれ喫茶					
			福祉会館 いこまえづサロン							福祉会館 健康講話					
			福祉会館 のびのび体操												
			いきいき 認知症おしゃべり カフェ												
			いきいき もの忘れ相談												

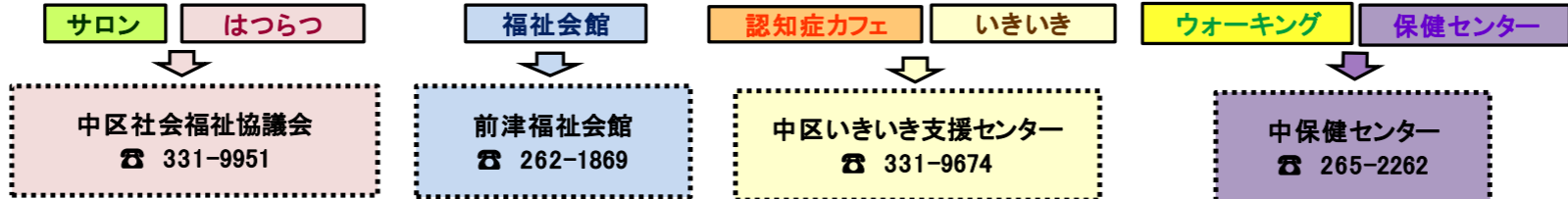
昭和の日

国民の休日

H31年度 ★介護予防教室★のご案内
 介護予防のポイントを楽しく学んで
 毎日の生活で実践しましょう
「男の筋トレ教室」「いきいき教室」
 (会場：中保健センター)
「元気アップ健康クラブ」
 (会場：中文化センター)
 詳しい日程・内容は… 中保健センターまでお問合せください

※参加者限定サロン

問い合わせ先
 詳しい内容は、担当事業所にお問い合わせください。



発行 / 中区地域包括ケア推進会議事務局
 生活支援部会・介護予防部会
 連絡先 / 中保健センター TEL265-2262
 ⑧ 3月末時点の情報を基に作成しています。各事業所にお問い合わせのうえ、ご参加下さい。