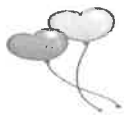


朗らかニコニコ教室のご案内

4/6

金

介護保険ってどんなもの？



旭町地区の皆さん

平成30年2月24日、南柏イオンモールに
柏西口第2地域包括支援センターがオープンしました。

4月から毎月1回、旭町地区で介護予防教室を開催いたします。

初回は、当センター自慢のフレッシュな小野田センター長による
わかりやすい介護保険の話と、その後は健康体操を行います。

申し込みは不要です。動きやすい服装で当日、会場へお越し下さい

日時 平成30年4月6日（金）

10:00～11:30

場所 日生オアシス柏豊四季1階



お問い合わせ

柏西口第2地域包括支援センター

☎ 04-7147-8001



平成30年度 介護予防教室日程



柏西口第2地域包括支援センター

TEL 04-7147-8001

	テーマ	新富近隣センター	日生オアシス柏豊四季
第1回	こんにちは！ 地域包括支援センターです 知ってますか？介護保険	4月10日(火) 10時～11時半	4月6日(金) 10時～11時半
第2回	シナプソロジーで脳を活性化～ 「楽しく認知症予防」	5月8日(火) 10時～11時半	5月11日(金) 10時～11時半
第3回	栄養バランスだいじょうぶ？ 「高齢者に必要な栄養の話」	6月12日(火) 10時～11時半	6月1日(金) 10時～11時半
第4回	夏を元気に過ごすには～ 「熱中症予防」	7月10日(火) 10時～11時半	7月6日(金) 10時～11時半
第5回	スッキリ笑顔でおいしく食べよう～ 「お口の健康」	8月14日(火) 10時～11時半	8月3日(金) 10時～11時半
第6回	ぜったいに騙されないぞ！ 「消費者被害対策」	9月11日(火) 10時～11時半	9月7日(金) 10時～11時半
第7回	健康寿命を延ばそう～ 「フレイルチェック」	10月9日(火) 10時～12時(要予約25名)	10月5日(金) 10時～12時(要予約15名)
第8回	みんなでイオンを歩きましょう！ 「レッツ！ウォーキング♪」	11月13日(火) イオンモール集合・解散 10時～11時半 (要予約 事前にお知らせします)	
第9回	冬を元気に乗り越えるために～ 「冬場に多い病気」	12月11日(火) 10時～11時半	12月7日(金) 10時～11時半
第10回	知って得する！ 「権利擁護講座」	H31年1月8日(火) 10時～11時半	H31年1月11日(金) 10時～11時半
第11回	ずっと元気でいたいから！ 「ロコモティブシンドローム予防」	2月12日(火) 10時～11時半	2月1日(金) 10時～11時半
第12回	脳トレで認知症予防 「コグニサイズ」	3月12日(火) 10時～11時半	3月1日(金) 10時～11時半

※内容は変更になる場合があります 10月、11月以外は申し込み不要です。