



令和3年度 生きがい対応型デイサービス事業 講座生募集

受講料
無料

健康で明るい生活が送れるよう体操講座に参加してみませんか

【開催期間】 令和3年5月～9月（講座により開催期間が異なります）

【対象者】 市内に住所を有するおおむね60歳以上で、介護保険の認定を受けていない人

【定員】 各15人程度（ひとり1講座、原則初受講者優先、応募多数の場合抽選、
他施設で実施している生きがい対応型デイサービス事業との重複申込不可）

講座名	実施会場	実施期間
こころ・からだ アップ 元気UP体操	赤崎憩の家 倉敷市児島赤崎 2-8-2	5月18日～9月 第1・3・5火曜 9:45～11:15
	中洲憩の家 倉敷市酒津 2675-1	5月11日～9月 第2・4火曜 9:45～11:15
リフレッシュ (若返り)体操	穂井田憩の家 倉敷市玉島陶 1834-1	5月19日～9月 第1・3・5水曜 9:45～11:15
	水島憩の家 倉敷市水島東千鳥町 4-28	5月12日～9月 第2・4水曜 9:45～11:15
リラックスヨガ	生坂憩の家 倉敷市生坂 2047	5月19日～9月 第1・3・5水曜 14:00～15:30
	柏島東憩の家 倉敷市玉島柏島 1532-23	5月12日～9月 第2・4水曜 14:00～15:30

※水島憩の家は駐車場に限りがあるため、できるだけ徒歩・自転車でお越しください

【準備物】 フェイスタオル・飲み物・敷物（大きめのバスタオルまたはマット）

マスク着用、体温調節しやすい服装でお越しください

感染対策をとりながら教室を実施します。ご理解とご協力をお願いします

【申込期限】 令和3年3月12日（金）まで

【申込方法】 くらしき健康福祉プラザ 2階 介護予防事業の窓口に本人かその家族が
申込用紙を提出。または、介護予防事業に電話（☎086-434-9861）

申し込み・問い合わせ先

くらしき健康福祉プラザ 2階 介護予防事業
〒710-0834 倉敷市笹沖180番地

☎086-434-9861（火～土曜日 8:30～17:15 祝日除く）

ホームページ

くらしき健康福祉プラザ 介護予防事業

検索