

# 令和7年度4月開始教室

	午前		午後	
火	ステップコース (24人) 10:00~11:00		はつらつコース (27人) 14:00~15:30	★男の脳活 倶楽部 (15人) 14:00~15:00
水			はつらつコース (27人) 14:00~15:30	椅子のはつらつ コース (15人) 14:00~15:30
木	ぴんしゃん倶楽部 (27人) 10:00~11:30			
金	はつらつコース 10:00~11:30 (27人)	食とおロプラス はつらつコース 10:00~11:30 (15人)		
土	はつらつコース (27人) 10:00~11:30		はつらつコース (27人) 14:00~15:30	

★の教室は、男性のみになります

【対象】市内在住の65歳以上の方

ぴんしゃん倶楽部、男の脳活倶楽部は、  
初期の認知症のおそれのある方や認知症に興味のある方

【会場】くらしき健康福祉プラザ 2階

【受講料】無料 (ぴんしゃん倶楽部、男の脳活倶楽部、食とおロプラスはつらつコースは  
実費負担の場合あり)

【申込方法】3月8日(土)までに窓口に申込用紙を提出、または電話

※原則初参加者優先、応募多数の場合は抽選

※当事業主催の教室へ重複したお申し込みはできません

※お申し込みは本人または同居家族に限ります