

＼プラザからあなたの活動グループへ／

出前教室 やってます

町内会や老人クラブ・サロンなど
どんな集まりでも伺います
ぜひお問い合わせください！

講師料
無料

毎年10月から次年度の募集を開始します
希望日がある場合はお早めに！

募集内容

- ①日時 火～土曜日 10～16時
- ②時間 30～60分程度
- ③対象 市内在住の65歳以上の人
- ④人数 おおむね5人以上から

出前教室について

- ・1団体に対して年度に2回伺えます
- ・電話や窓口にて希望日時・内容をお伝えください
- ・認知症サポーター養成講座などの希望がある場合もお問い合わせください

＼こんなことが学べます／

- ✓ 転倒予防のための運動
- ✓ 脳トレ運動
- ✓ 認知症のはなし
- ✓ 高血圧・尿もれのはなし
- ✓ 歯や口の健康のはなし
- ✓ 栄養のはなし など



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 (火～土 8:30～17:15 祝日除く)

TEL:086-434-9861

FAX:086-434-9884

