

介護予防教室（なにわ元気塾）

巽東はーとちゃん教室予定表



◇ 定例日 毎月第1火曜日 午後1：30～3：00

◇ 場 所 新巽東会館・老人憩いの家

平成30年4月～平成31年3月

※内容等変更になる場合があります

回	開 催 日	内 容	講 師	備 考
1	4 月 3 日	栄養講座	東部ヤクルト販売 高橋	
2	5 月 1 日	認知症予防について	保健福祉センター 保健師	
3	6 月 5 日	音楽療法	音楽療法士 龍味功典	
4	7 月 3 日	転倒予防体操	健康運動指導士 長谷川司	※動きやすい服装でお越しください
5	8 月 7 日	口腔講座	歯科衛生士 松村慶子	
6	9 月 4 日	3B体操	日本3B体操指導者 岡澤セツ子	※動きやすい服装でお越しください
7	10 月 2 日	栄養講座	生野区保健福祉課 管理栄養士 高井美江子	
8	11 月 6 日	うつ予防について	保健福祉センター 保健師	
9	12 月 4 日	手芸		
10	1 月 8 日	健康体操	健康運動生活指導士 本田彰子	※動きやすい服装でお越しください
11	2 月 5 日	健康は「健口」から	歯科衛生士 細川瞳	
12	3 月 5 日	遊びリレーション	介護予防運動指導員 太田巳加	

欠席の場合は、下記にご連絡ください（急用除く）

生野区社会福祉協議会

介護予防担当

TEL6712-3101