

さぬき市 介護予防サポーター憩いの場 平成30年度 スケジュール

地元の介護予防サポーターが、参加者のみなさんと一緒に、体操や歌、脳トレゲーム等を楽しみながら、地域の方が身近な場所で、楽しく、ほっと集える場を目指しています。ご自由にご参加ください。

★奇数月 第3火曜日★

場所 **志度保健センター**

時間 午前 10時～11時30分

5月15日(火)
7月17日(火)
9月18日(火)
11月20日(火)
1月15日(火)
3月19日(火)



笑顔があふれる
時間をみんなで
作りましょう♪

★奇数月 第1火曜日★

場所 **鴨庄ふれあいプラザ**

時間 午後 1時30分～3時

5月1日(火)
7月3日(火)
9月4日(火)
11月6日(火)
1月8日(火)
3月5日(火)

※1月は第2火曜日

★奇数月 第4月曜日★

場所 **小田ふれあいプラザ**

時間 午前 10時～11時30分

5月28日(月)
7月23日(月)
9月24日(月)
11月26日(月)
1月28日(月)
3月25日(月)

★偶数月 第1火曜日★

場所 **生涯学習館**

時間 午後 1時30分～3時

4月3日(火)
6月5日(火)
8月7日(火)
10月2日(火)
12月4日(火)
2月5日(火)

誰でも無理なく、
ゲームや体操を
楽しめるよう
工夫しています。



★毎月 第3木曜日★

場所 **寒川ふれあいプラザ**

時間 午後 1時30分～3時

4月19日(木)
5月17日(木)
6月21日(木)
7月19日(木)
8月16日(木)
9月20日(木)
10月18日(木)
11月15日(木)
12月20日(木)
1月17日(木)
2月21日(木)

※3月は休み

★偶数月 第3月曜日★

場所 **長尾保健センター**

時間 午前 10時～11時30分

4月16日(月)
6月18日(月)
10月15日(月)
12月17日(月)
2月18日(月)

※8月は休み

★奇数月 第2月曜日★

場所 **造田ふれあいプラザ**

時間 午後 1時30分～3時

5月14日(月)
7月9日(月)
9月10日(月)
11月12日(月)
1月21日(月)
3月11日(月)

※1月は第3月曜日

みんなでワイワイ、手先や体を動かして、脳も心も元気に!

