

さぬき市 介護予防サポーター憩いの場

令和3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。

ほって心で手をつなごう



みんなでワイワイ
笑顔でお口や体を動かして
脳も心も元気に！



★奇数月 第3火曜日★

志度保健センター

午前 10時～11時30分

| |
|-----------|
| 5月：休み |
| 7月20日（火） |
| 9月21日（火） |
| 11月16日（火） |
| 1月18日（火） |
| 3月15日（火） |

★奇数月 第4月曜日★

小田ふれあいプラザ

午前 10時～11時30分

| |
|-----------|
| 5月24日（月） |
| 7月26日（月） |
| 9月27日（月） |
| 11月22日（月） |
| 1月24日（月） |
| 3月28日（月） |

★毎月 第3木曜日★

寒川ふれあいプラザ

午後 1時30分～3時

| |
|-----------|
| 4月15日（木） |
| 5月20日（木） |
| 6月17日（木） |
| 7月15日（木） |
| 8月19日（木） |
| 9月16日（木） |
| 10月21日（木） |
| 11月18日（木） |
| 12月16日（木） |
| 1月20日（木） |
| 2月17日（木） |
| 3月17日（木） |

安心
安全

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。
お申し込みはいりません。お気軽にご参加ください。

★偶数月 第3水曜日★

長尾保健センター

午前 10時～11時30分

| |
|-----------|
| 4月21日（水） |
| 6月16日（水） |
| 8月：休み |
| 10月20日（水） |
| 12月15日（水） |
| 2月16日（水） |

★奇数月 第3水曜日★

造田ふれあいプラザ

午後 1時30分～3時

| |
|-----------|
| 5月19日（水） |
| 7月21日（水） |
| 9月15日（水） |
| 11月17日（水） |
| 1月19日（水） |
| 3月16日（水） |

《 お問い合わせ先 》

さぬき市地域包括支援センター

TEL0879-26-9931