

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。

笑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