

さぬき市 介護予防サポーター憩いの場 令和5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。

★奇数月 第3火曜日★
志度保健センター
午前 10時～11時30

5月：休み
7月18日（火）
9月19日（火）
11月21日（火）
1月16日（火）
3月19日（火）



笑って心で手をつなごう

さぬき市
介護予防サポーター

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



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！



お申し込みはいりません お気軽にご参加ください！

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

★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19日（水）
6月21日（水）
8月：休み
10月18日（水）
12月20日（水）
2月21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17日（水）
7月19日（水）
9月20日（水）
11月15日（水）
1月17日（水）
3月13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