



# 2021年度 本巣市転倒予防教室のご案内



地域	真正地域			糸貫地域			本巣地域			根尾地域		
会場	真正老人福祉センター	真正すこやかセンター		本巣老人福祉センター			本巣老人福祉センター			根尾文化センター		
講師	郷 延枝	加藤久子・鷺見勝彦		加藤久子・鷺見勝彦	村田 ゆか子	村田 ゆか子	郷 延枝	矢野 美知子	後藤 美穂			
月	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日
4	9	(金)	20	(火)	6	(火)	30	(金)	8	(木)	27	(火)
5	7	(金)	25	(火)	11	(火)	21	(金)	13	(木)	18	(火)
6	4	(金)	15	(火)	1	(火)	18	(金)	10	(木)	22	(火)
7	9	(金)	20	(火)	6	(火)	16	(金)	8	(木)	27	(火)
8	6	(金)	17	(火)	10	(火)	20	(金)	12	(木)	24	(火)
9	3	(金)	21	(火)	7	(火)	24	(金)	9	(木)	28	(火)
10	1	(金)	19	(火)	12	(火)	1	(金)	14	(木)	26	(火)
11	5	(金)	16	(火)	9	(火)	19	(金)	11	(木)	30	(火)
12	3	(金)	21	(火)	7	(火)	24	(金)	9	(木)	14	(火)
1	14	(金)	25	(火)	11	(火)	7	(金)	13	(木)	18	(火)
2	4	(金)	15	(火)	1	(火)	18	(金)	10	(木)	22	(火)
3	4	(金)	15	(火)	1	(火)	18	(金)	10	(木)	22	(火)
											10	(木)
											24	(木)

<時間> 午後1時30分～3時まで

<対象者> おおむね65歳以上の本巣市在住の方

<参加費> 無料 事前登録や予約の必要はありません

<人数制限> 感染予防のため各会場に人数制限を設けています。

定員になり次第お断りする場合がありますので、ご了承ください。

<持ち物> 汗ふきタオル・飲み物・動きやすい服装・ヨガマット必要に応じて

<感染予防対策のお願い>

- ①お住いの地域での教室のみ参加とさせて頂きます。
- ②自宅にて検温

(37.0°C以上又は体調不良の方は参加できません)

- ③マスクの着用及び手指消毒の励行

<問い合わせ先>本巣市在宅介護支援センター

☎0581-34-2944

