



2023年度 本巢市転倒予防教室

★ 時 間 : 午後1時30分から午後3時まで ★

★ 持ち物 : 汗拭きタオル・飲み物 他 林 先生 : ヨガマット又はバスタオル★



地域	真正地域				系貫地域				本巢地域				根尾地域			
会場	真正すこやかセンター				富有柿センター（視聴覚室）				本巢老人福祉センター				根尾文化センター			
講師	林 沙由理		加藤久子・鷺見勝彦		加藤久子・鷺見勝彦		多和田 昇平		林 沙由理		仁科 善光		鵜飼 浩史		多和田 昇平	
月	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日	日	曜日
4	10	(月)	25	(火)	11	(火)	21	(金)	6	(木)	19	(水)	13	(木)	27	(木)
5	8	(月)	23	(火)	9	(火)	26	(金)	11	(木)	24	(水)	11	(木)	25	(木)
6	12	(月)	27	(火)	13	(火)	30	(金)	1	(木)	14	(水)	8	(木)	22	(木)
7	10	(月)	25	(火)	11	(火)	28	(金)	6	(木)	19	(水)	13	(木)	27	(木)
8	7	(月)	22	(火)	8	(火)	25	(金)	3	(木)	23	(水)	10	(木)	24	(木)
9	11	(月)	26	(火)	12	(火)	22	(金)	7	(木)	20	(水)	14	(木)	28	(木)
10	16	(月)	31	(火)	3	(火)	20	(金)	5	(木)	18	(水)	12	(木)	19	(木)
11	13	(月)	28	(火)	7	(火)	24	(金)	2	(木)	15	(水)	9	(木)	30	(木)
12	11	(月)	26	(火)	5	(火)	22	(金)	7	(木)	20	(水)	14	(木)	21	(木)
1	15	(月)	30	(火)	16	(火)	26	(金)	11	(木)	24	(水)	11	(木)	25	(木)
2	5	(月)	27	(火)	6	(火)	16	(金)	8	(木)	21	(水)	8	(木)	22	(木)
3	11	(月)	26	(火)	5	(火)	22	(金)	7	(木)	21	(木)	14	(木)	28	(木)

- 市内在住でおおむね65歳以上の方が対象です。
- 事前登録・予約は必要ありません。



問合せ先 : 本巢市在宅介護支援センター
☎ 0581-34-2944