



2025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・介護予防手帳 他 林 先生 : ヨガマット又はバスタオル



地域	真正地域				糸貫地域				本巢地域				根尾地域			
会場	真正すこやかセンター				糸貫ぬくもりの里				本巢公民館				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		林 沙由理		仁科 善光		多和田 昇平		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	7	(月)	22	(火)	8	(火)	24	(木)	3	(木)	15	(火)	10	(木)	17	(木)
5	12	(月)	27	(火)	13	(火)	29	(木)	1	(木)	20	(火)	8	(木)	22	(木)
6	9	(月)	24	(火)	3	(火)	26	(木)	5	(木)	10	(火)	12	(木)	19	(木)
7	7	(月)	22	(火)	8	(火)	31	(木)	3	(木)	29	(火)	10	(木)	24	(木)
8	4	(月)	26	(火)	5	(火)	21	(木)	7	(木)	19	(火)	14	(木)	28	(木)
9	8	(月)	30	(火)	2	(火)	18	(木)	4	(木)	9	(火)	11	(木)	25	(木)
10	6	(月)	28	(火)	14	(火)	23	(木)	2	(木)	7	(火)	9	(木)	30	(木)
11	10	(月)	25	(火)	4	(火)	20	(木)	6	(木)	11	(火)	13	(木)	27	(木)
12	8	(月)	23	(火)	2	(火)	18	(木)	4	(木)	9	(火)	11	(木)	25	(木)
1	19	(月)	27	(火)	6	(火)	22	(木)	8	(木)	20	(火)	15	(木)	29	(木)
2	9	(月)	24	(火)	3	(火)	19	(木)	5	(木)	10	(火)	12	(木)	26	(木)
3	9	(月)	24	(火)	3	(火)	19	(木)	5	(木)	10	(火)	12	(木)	26	(木)

- 市内在住で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 : 社会福祉協議会 地域福祉課 在宅支援係
☎ 0581-34-2944