

平成29年度 依知元気 いきいきクラブ



依知元気いきいきクラブでは、今年も1年を通して「介護予防」をテーマとした教室を下記のとおり開催いたします。

1回だけのご参加も歓迎です。4回すべてにご参加いただいた方には修了証等をご用意しております。

「わざわざ遠くまで習い事に行くのは大変」「受講料が高いし…」などとお考えの方！
依知元気いきいきクラブならご自宅のそばの会場で、しかも参加費は無料です。

「いつまでも元気にイキイキしていきたい」と願う皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

☆4つの内容で、介護予防を目指した教室を開きます。

- ① スッキリ体操
- ② 老い支度(終活)
- ③ 転倒防止と口腔ケア
- ④ 認知症サポーター講座

☆3つの会場の中から希望の場所をお選びください。

内容		①	②	③	④
会場		スッキリ体操	老い支度 (終活)	転倒防止 口腔ケア	認知症サポーター 講座
1	上依知老人憩いの家	4/17(月)	7/21(金)	10/10(火)	1/19(金)
2	依知北公民館	6/8(木)	8/29(火)	10/24(火)	2/22(木)
3	依知南公民館	6/19(月)	9/27(水)	12/5(火)	3/16(金)

☆時 間 午前 10 時～11 時 30 分

☆参加費 無 料 ※ 事前にご予約をお願いいたします。

☆対 象 おおむね65歳以上の、依知地区在住の方
参加希望会場までご自分で来ることのできる方
(送迎はありません)

☆定 員 30 名程度(予約制。定員になり次第〆切)

☆お申し込み・お問い合わせ 下記までお電話にてお申し込みください。

え ち ち い き ほう かつ し え ん

○依知地域包括支援センター(甘露苑内) ☎246-0108