



令和7年 わくわくデイサロン(介護予防事業)



2 月		メニュー	負担金	定員	講師
4日	水	ほのぼの体操	100円	30名	高濱 弥生
13日	金	料理教室	500円	20名	食生活改善推進員
18日	水	すまいる体操	100円	30名	宇都宮 準一
20日	金	歯科講話	無料	30名	歯科医師会
25日	水	ライフキネティック	100円	30名	山本 美幸
27日	金	園芸	800円	30名	花ののぐち

3 月		メニュー	負担金	定員	講師
6日	金	わくわくミュージック	100円	30名	高間 美奈子
11日	水	ほのぼの体操	100円	30名	高濱 弥生
13日	金	体力測定	100円	20名	新原整骨院
18日	水	すまいる体操	100円	30名	宇都宮 準一
25日	水	ライフキネティック	100円	30名	山本 美幸

開始時間 : 9時50分 ~ 11時20分 開催場所: 地域活性化センター(オイコス)

予定が変わることがあります！ 必ず広報で日程をご確認ください！

予約が必要です！！事前にお申し込みを★☆ 申込先 : 須恵町役場 福祉課 TEL : 092-932-1151(内線128・125)

