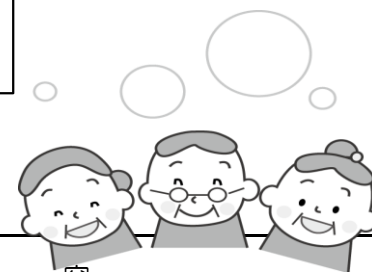


平成29年度 介護予防活動支援事業予定表

10時～正午

松河戸公民館



開催日		レクリエーション名		内 容
		10時～	11時～	
7月	4 日 (火)	楽々鍛えよう 介護予防トレーニング	脳トレーニング	☆介護予防トレーニング 楽しく、効率よく筋肉を鍛えて、転倒予防や骨粗鬆症予防をしましょう。
	18 日 (火)	牛乳パック 小物入れ作り		☆牛乳パック小物入れ作り 牛乳パックを使って救急箱を作ります。頑張って素敵な箱を作りましょう。
8月	1 日 (火)	歯科衛生士による 口腔ケア講座 ※歯ブラシと手鏡を持参 してください	茶話会	☆口腔ケア講座 歯と歯茎は身体の健康にも、大変重要な部分です。適切な口腔ケアを学んで、健康な歯と歯茎を保ちましょう。
	15 日 (火)	かすがいいいきいき体操 (かすがいいいきいき体操 ひろめる会)	わなげ	☆かすがいいいきいき体操 いつまでもいきいきと過ごすことを目的に作成された春日井市民のための体操です。覚えて自宅でも体操しましょう。
9月	5 日 (火)	下手でいい下手がいい 絵手紙講座	茶話会	☆絵手紙講座 季節の花や野菜をモデルに自由に描いてみましょう。 ※季節の野菜や果物があればご持参ください。
	19 日 (火)	春日井市社協地域包括 支援センター中切による 認知症予防講座	茶話会	☆認知症予防講座 今後、ますます増加すると考えられている認知症。認知症にならず、いつまでもいきいきと過ごすための予防方法を、この地区を担当する地域包括支援センターから教えていただきます。

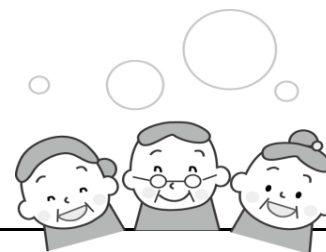
※予定ですので、変更する場合があります。
事前に御確認ください。

春日井市社会福祉協議会 85-4321

平成29年度 介護予防活動支援事業予定表

10時～正午

下市場北公民館

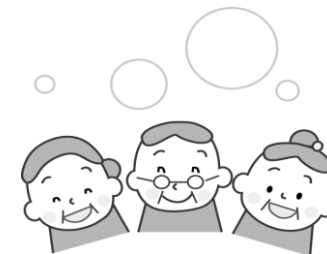


開催日		レクリエーション名		内 容
		10時～	11時～	
7月	5日 (水)	下手でいい下手がいい 絵手紙講座	茶話会	☆絵手紙講座 季節の花や野菜をモデルに自由に描いてみましょう。 ※季節の野菜や果物があればご持参ください。
	19日 (水)	楽々鍛えよう 介護予防トレーニング	脳トレーニング	☆介護予防トレーニング 楽しく、効率よく筋肉を鍛えて、転倒予防や骨粗鬆症予防をしましょう。
8月	2日 (水)	歯科衛生士による 口腔ケア講座 ※歯ブラシと手鏡を持参してください	茶話会	☆口腔ケア講座 歯と歯茎は身体の健康にも、大変重要な部分です。適切な口腔ケアを学んで、健康な歯と歯茎を保ちましょう。
	16日 (水)	楽々鍛えよう 介護予防トレーニング	わなげ	☆介護予防トレーニング 楽しく、効率よく筋肉を鍛えて、転倒予防や骨粗鬆症予防をしましょう。
9月	6日 (水)	リズム体操 (つくしの会)	防災クイズ& 防災かるた	☆リズム体操 皆さんのよく知る歌謡曲や童謡のリズムに合わせて体操します。歌いながら体操して、筋肉を鍛えましょう。
	20日 (水)	心静かに 介護予防ヨガ	茶話会	☆介護予防ヨガ 椅子を使ったやさしいヨガの講座です。ゆったり、穏やかな雰囲気の中で心身を整えていきます。

※予定ですので、変更する場合があります。
事前に御確認ください。

春日井市社会福祉協議会 85-4321

平成29年度 介護予防活動支援事業予定表



10時～正午

如稻学習等供用施設

開催日		レクリエーション名		内 容
		10時～	11時～	
7月	6日 (木)	かすがいいいきき体操 (かすがいいいきき体操 ひろめる会)	脳トレーニング	☆かすがいいいきき体操 いつまでもいきいきと過ごすことを目的に作成された春日井市民のための 体操です。覚えて自宅でも体操しましょう。
	20日 (木)	楽々鍛えよう 介護予防トレーニング	わなげ	☆介護予防トレーニング 楽しく、効率よく筋肉を鍛えて、転倒予防や骨粗鬆症予防をしましょう。
8月	3日 (木)	心静かに 介護予防ヨガ	茶話会	☆介護予防ヨガ 椅子を使ったやさしいヨガの講座です。ゆったり、穏やかな雰囲気の中で 心身を整えていきます。
	17日 (木)	歯科衛生士による 口腔ケア講座 ※歯ブラシと手鏡を持参 してください	茶話会	☆口腔ケア講座 歯と歯茎は身体の健康にも、大変重要な部分です。適切な口腔ケアを学ん で、健康な歯と歯茎を保ちましょう。
9月	7日 (木)	かすがいいいきき体操 (かすがいいいきき体操 ひろめる会)	防災クイズ &防災かるた	☆防災クイズ&防災かるた 突然襲ってくる巨大地震や大雨による水害や土砂災害！いつ起こるか分からない 自然災害の猛威から、あなたは自分自身を守る事ができますか？
	21日 (木)	リズム体操 (つくしの会)	茶話会	☆リズム体操 皆さんのよく知る歌謡曲や童謡のリズムに合わせて体操します。歌いなが ら体操して、筋肉を鍛えましょう。

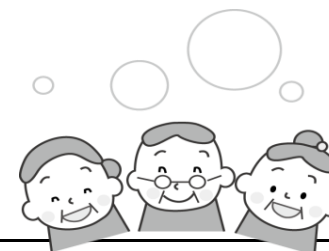
※予定ですので、変更する場合があります。
事前に御確認ください。

春日井市社会福祉協議会 85-4321

平成29年度 介護予防活動支援事業予定表

10時～正午

下原町公民館



開催日		レクリエーション名		内 容
		10時～	11時～	
7月	11日 (火)	心静かに 介護予防ヨガ	脳トレーニング	☆介護予防ヨガ 椅子を使ったやさしいヨガの講座です。ゆったり、穏やかな雰囲気の中で心身を整えていきます。
	25日 (火)	かすがいいいきき体操 (かすがいいいきき体操 ひろめる会)	わなげ	☆かすがいいいきき体操 いつまでもいきいきと過ごすことを目的に作成された春日井市民のための体操です。覚えて自宅でも体操しましょう。
8月	8日 (火)	歯科衛生士による 口腔ケア講座 ※歯ブラシと手鏡を持参 してください	茶話会	☆口腔ケア講座 歯と歯茎は身体の健康にも、大変重要な部分です。適切な口腔ケアを学んで、健康な歯と歯茎を保ちましょう。
	22日 (火)	牛乳パック 小物入れ作り		☆牛乳パック小物入れ作り 牛乳パックを使ってかわいい救急箱を作ります。頑張って、素敵な箱を作しましょう。
9月	12日 (火)	楽々鍛えよう 介護予防トレーニング	防災クイズ &防災かるた	☆介護予防トレーニング 楽しく、効率よく筋肉を鍛えて、転倒予防や骨粗鬆症予防をしましょう。
	26日 (火)	かすがいいいきき体操 (かすがいいいきき体操 ひろめる会)	茶話会	☆かすがいいいきき体操 いつまでもいきいきと過ごすことを目的に作成された春日井市民のための体操です。覚えて自宅でも体操しましょう。

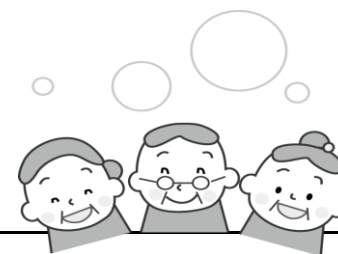
※予定ですので、変更する場合があります。
事前に御確認ください。

春日井市社会福祉協議会 85-4321

平成29年度 介護予防活動支援事業予定表

10時～正午

明知町公民館



開催日		レクリエーション名		内 容
		10時～	11時～	
7月	12日 (水)	リズム体操 (つくしの会)	脳トレーニング	☆リズム体操 皆さんのよく知る歌謡曲や童謡のリズムに合わせて体操します。歌いながら体操して、筋肉を鍛えましょう。
	26日 (水)	楽々鍛えよう 介護予防トレーニング	わなげ	☆介護予防トレーニング 楽しく、効率よく筋肉を鍛えて、転倒予防や骨粗鬆症予防をしましょう。
8月	9日 (水)	歯科衛生士による 口腔ケア講座 ※歯ブラシと手鏡を持参してください	茶話会	☆口腔ケア講座 歯と歯茎は身体の健康にも、大変重要な部分です。適切な口腔ケアを学んで、健康な歯と歯茎を保ちましょう。
	23日 (水)	かすがいいいきき体操 (かすがいいいきき体操 ひろめる会)	防災クイズ &防災かるた	☆かすがいいいきき体操 いつまでもいきいきと過ごすことを目的に作成された春日井市民のための体操です。覚えて自宅でも体操しましょう。
9月	13日 (水)	牛乳パック 小物入れ作り		☆牛乳パック小物入れ作り 牛乳パックを使ってかわいい救急箱を作ります。頑張って、素敵な箱を作りましょう。
	27日 (水)	楽々鍛えよう 介護予防トレーニング	茶話会	☆介護予防トレーニング 楽しく、効率よく筋肉を鍛えて、転倒予防や骨粗鬆症予防をしましょう。

※予定ですので、変更する場合があります。
事前に御確認ください。

春日井市社会福祉協議会 85-4321