

令和4年度地域リハビリテーション活動支援事業開催日程

(城下地域包括支援センター エリア)

教室名	自治会	会場	開始時間	各月の開催日											
				4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
いきいき仲間の会	中之条	城南公民館	10:00	4/28	5/26	6/23	7/28	8/25	9/22	10/27	11/24	12/22	1/26	2/23	3/23
いきいき川辺	川辺町	川辺町会館	13:30	4/7	5/5	6/2	7/7	8/4	9/1	10/6	11/3	12/1	1/5	2/2	3/2
ふれあい交流広場	中之条	中之条公民館	10:00	4/25	5/23	6/27	7/25	8/22	9/26		11/28	12/19	1/23	2/27	3/27
介護予防教室	御所	城下地域包括支援センター	13:30	4/13	5/11	6/8	7/13	休	9/14	10/12	11/9	12/14	休	2/8	3/8
しもんじよの家	下之条	下之条公民館	10:00	4/15	5/20	6/17	7/15	8/19	9/16	10/21	11/18	12/16	1/20	2/17	3/17
御所いきいき健康体操	御所	御所公会堂	10:00	4/25	5/23	6/27	7/25	8/22	9/26	10/24	11/28	12/26	1/23	2/27	3/27
サンサンクラブ	朝日ヶ丘	朝日ヶ丘児童館	10:00	4/21	5/19	6/16	7/21	8/26	9/25	10/20	11/17	12/15	1/19	2/16	3/16
小牧身体ケア教室	小牧	小牧会館	10:00	4/27	5/25	6/22	7/27	8/24	9/28	10/26	11/23	12/28	1/25	2/22	3/22
諏訪形からだケア教室	諏訪形	諏訪形公民館	13:30	4/15	5/20	6/17	7/15	8/19	9/16	10/21	11/18	12/16	1/20	2/17	3/17
げんきクラブ中村	中村	中村自治会館	10:00	4/28	5/26	6/23	7/28	8/25	9/22	10/27	11/24	12/22	1/26	2/23	3/23

※参加は無料です。事前申し込みも必要ありません。

※会場の都合や天候により、日時が変更になる場合があります。

<お問い合わせ先>

城下地域包括支援センター ☎22-2360

上田市高齢者介護課 ☎23-5140