

令和7年度地域リハビリテーション活動支援事業開催日程

(神科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
金井いきいき体操	金井	金井公民館	13:30	4/22	5/27	6/24	7/22	8/26	9/23	10/28	11/25	12/23	1/27	2/24	3/24
いきいき体操クラブ	伊勢山	伊勢山集会所	14:00	4/24	5/22	6/26	7/24	8/28	9/25	10/23	11/27	12/25	1/22	2/26	3/26
つくし会	岩門	岩門公民館	13:30	4/25	5/23	6/27	7/18	8/22	9/26	10/24	11/28	12/26	1/23	2/27	3/27
レインボー富士見	富士見台	富士見台自治会館	10:00	4/14	5/12	6/9	7/14	8/4	9/8	10/6	11/10	12/8	1/19	2/9	3/9
キラキラ体操長島	長島	長島自治会館	13:30	4/16	5/21	6/18	7/16	8/20	9/17	10/15	11/19	12/18	1/21	2/18	3/18
スマイル大久保	大久保	大久保公民館	14:00	4/16	5/21	6/18	7/16	8/20	9/17	10/15	11/19	12/17	1/21	2/18	3/18
ふれあい体操教室	神科新屋	新屋生活改善センター	10:00	4/10	5/8	6/12	7/10		9/11	10/9	11/13	12/11	1/9	2/13	3/13
サロン・ド・神豊（上野が丘）	長島	上野が丘公民館	10:00	4/9	5/14	6/11	7/9		9/10	10/8	11/12	12/10	1/14		3/11
サロン・ド・神豊（豊殿）	小井田	豊殿地域自治センター	10:00	4/7		6/2	7/7	8/4	9/1	10/6		12/1	1/5	2/2	
健康体操	笹井	笹井公民館	10:00	4/3	5/8	6/5	7/3	8/7	9/4	10/2	11/6	12/4	1/8	2/5	3/5
みんななかよしだ！	中吉田	中吉田公民館	13:30	4/18	5/16	6/20	7/18	8/22	9/19	10/17	11/21	12/19	1/16	2/20	3/20
赤坂長寿会体操教室	赤坂	赤坂公民館	13:30	4/16	5/21	6/18	7/16	8/20	9/17	10/15	11/19	12/17			
下吉田健康体操教室	下吉田	下吉田生活改善センター	9:30	4/9	5/14	6/11	7/9	8/20	9/10	10/8	11/12	12/10	1/14	2/18	3/11
hinata bocco体操教室	小井田	ふれあいサロン hinata boccoとよさと	14:00	4/8	5/13	6/10	7/8	8/5	9/9	10/7	11/4	12/9	1/13	2/10	3/10
もりもりクラブ	森	森公民館	9:00	4/28	5/26	6/23	7/28	8/25	9/22	10/27	11/17	12/15	1/26	2/16	3/23
下郷スマイルクラブ	下郷	下郷生活改善センター	14:00	4/10	5/15	6/19	7/17	8/21	9/18	10/16	11/13	12/11	1/22	2/19	3/19
体操の会	林之郷	林之郷公民館	10:30	4/28	5/26	6/23	7/28	8/25	9/22	10/27	11/10	12/22	1/26	2/9	3/23
のびのび西野竹クラブ	西野竹	西野竹自治会館	13:30	4/7	5/5	6/2	7/7	8/4	9/1	10/6	11/3	12/1	1/19	2/2	3/2
ひかり体操教室	ひかり	ひかり自治会館	13:30	4/3	5/1	6/5	7/3	8/7	9/4	10/2	11/6	12/4	未定	2/12	3/5

※事前申し込みは必要ありません。

※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>

神科地域包括支援センター ☎27-2881

上田市高齢者介護課 ☎23-5140