

令和 8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	4/28	5/26	6/23	7/28	8/25	9/22	10/27	11/24	12/22	1/26	2/23	3/23
いきいき体操クラブ	伊勢山	伊勢山生活改善センター	14:00	4/23	5/28	6/25	7/23	8/27	9/24	10/22	11/26	12/24	1/28	2/25	3/25
つくし会	岩門	岩門公民館	13:30	4/24	5/22	6/26	7/17	8/28	9/25	10/23	11/27	12/25	1/22	2/26	3/26
レインボー富士見	富士見台	富士見台自治会館	10:00	4/13	5/11	6/8	7/13	8/10	9/14	10/5	11/9	12/7	1/18	2/8	3/8
キラキラ体操長島	長島	長島自治会館	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
スマイル大久保	大久保	大久保公民館	14:00	4/15	5/20	6/17	7/15	8/19	9/16	10/21	11/18	12/16	1/20	2/17	3/17
ふれあい体操教室	神科新屋	新屋生活改善センター	10:00												
サロン・ド・神豊（上野が丘）	長島	上野が丘公民館	10:00	4/8	5/13	6/10	7/8	8/12	9/9	10/14	11/11	12/9	1/13	2/10	3/10
サロン・ド・神豊（豊殿）	小井田	豊殿地域自治センター	10:00	4/6		6/1	7/6	8/3	9/7	10/5	11/2	12/7	1/4	2/1	
健康体操	笹井	笹井公民館	10:00	4/2	5/7	6/4	7/2	8/6	9/3	10/1	11/5	12/3	1/7	2/4	3/4
みんななかよしだ！	中吉田	中吉田公民館	13:30	4/17	5/15	6/19	7/17	8/21	9/18	10/16	11/20	12/18	1/15	2/19	3/19
赤坂長寿会体操教室	赤坂	赤坂公民館	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
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	4/8	5/13	6/10	7/8	8/12	9/9	10/14	11/11	12/9	1/13	2/10	3/10
hinata bocca体操教室	小井田	ふれあいサロン hinata boccaとよさと	14:00	4/14	5/12	6/9	7/14	8/4	9/8	10/13	11/10	12/8	1/12	2/9	3/9
もりもりクラブ	森	森公民館	9:00	4/27	5/25	6/22	7/27	8/24	9/28	10/26	11/30	12/21	1/25	2/22	3/29
下郷スマイルクラブ	下郷	下郷生活改善センター	14:00	4/23	5/28	6/25	7/23	8/27	9/24	10/22	11/26	12/17	1/21	2/25	3/25
体操の会	林之郷	林之郷公民館	10:30	4/27	5/25	6/22	7/27	8/24	9/28	10/26	11/30	12/14	1/25	2/22	3/29
のびのび西野竹クラブ	西野竹	西野竹自治会館	13:30	4/6	5/4	6/1	7/6	8/3	9/7	10/5	11/2	12/7	1/18	2/1	3/1
ひかり体操教室	ひかり	ひかり自治会館	13:30	4/2	5/7	6/4	7/2	8/6	9/3	10/1	11/5	12/3	1/7	2/4	3/4

※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