



平成28年度 金沢市地域包括支援センターながさか開催教室 予定表



	場所：支援センターながさか			場所：円光寺文化センター			場所：円光寺ミニ図書館			場所：第四善隣館		
	日	曜日	教室名	日	曜日	教室名	日	曜日	教室名	日	曜日	教室名
4月	7	木	オレンジカフェながさか※1)	12	火	転倒予防教室※5)	16	土	円光寺カフェ※6)	21	木	オレンジカフェながさか
	14	木	運脳トレーニング※2)	26	火	頭と体の楽しい体操※7)						
5月	12	木	運脳トレーニング	10	火	転倒予防教室	21	土	円光寺カフェ	19	木	オレンジカフェながさか
	13	金	オレンジカフェながさか	24	火	頭と体の楽しい体操						
	26	木	星座と座談会※3)									
6月	2	木	オレンジカフェながさか	14	火	転倒予防教室	18	土	円光寺カフェ	16	木	オレンジカフェながさか
	9	木	運脳トレーニング	28	火	頭と体の楽しい体操						
	23	木	高齢者の権利擁護について①									
7月	7	木	オレンジカフェながさか	12	火	転倒予防教室	16	土	円光寺カフェ	21	木	オレンジカフェながさか
	14	木	運脳トレーニング	26	火	頭と体の楽しい体操						
	28	木	星座と座談会									
8月	4	木	オレンジカフェながさか	9	火	転倒予防教室				18	木	オレンジカフェながさか
	25	木	高齢者の権利擁護について②	23	火	頭と体の楽しい体操						
9月	1	木	オレンジカフェながさか	27	火	頭と体の楽しい体操	17	土	円光寺カフェ	15	木	オレンジカフェながさか
	8	木	運脳トレーニング									

※1) オレンジカフェながさか (第1、3木曜日 14:00~16:00) 5/13(金)は11:30~13:30で開催します

※2) 運脳トレーニング (第2木曜日 13:30~14:15)

※3) 星座と座談会・(5,7,10,2月 13:30~14:30)・

※4) 高齢者の権利擁護について (6,8,11,3月 13:30~14:30)・

※5) 転倒予防教室 (第2火曜日 13:30~14:30)・

※6) 円光寺カフェ (第3土曜日 13:00~15:00)

※7) 頭と体の楽しい体操 (第4火曜日 14:00~15:00)・

いずれも参加費は無料です。
お気軽にお越しください！



19分間の広場



対象 泉野・長坂台地区にお住まいの65歳以上の方



お問合せ 金沢市地域包括支援センターながさか 280-5111