

「介護予防教室」について



住み慣れた土地で、できる限り自立した生活が続けられるように、心と体の健康を維持、改善するための取り組みを「**介護予防**」といいます。市では、65歳以上の方を対象に下記の「**介護予防教室**」を開催しています。

●愛西おでかけサロン

内 容 体操やゲーム、手工芸など

開 催 回 数 月1回

会 場

佐屋老人福祉センター
文化会館
立田南部地区防災
コミュニティセンター
立田北部地区防災
コミュニティセンター
八開総合福祉センター
JAあいち海部佐織支店



※定員に空きのある会場もあります。
参加を希望される場合は、**問い合わせ・申し込み先**へお申し込みください。

●脳若トレーニング教室

内 容 貸出用タブレット(iPad)や紙面を使った脳トレーニングからだを動かす簡単な体操

開 催 回 数 月1回

会 場

JAあいち海部永和支店
JAあいち海部立田支店
JAあいち海部佐織支店



※定員に空きが生じる場合もあります。
詳しくは、**問い合わせ・申し込み先**へお問い合わせください。

★各教室とも、**おおむね2時間程度**です。会場によって開催日および時間が異なります。

問い合わせ・申し込み先

JAあいち海部生活部介護課 ☎(28)6848

※この教室は、一般介護予防事業に位置付け、JAあいち海部に委託をして実施しております。



問 高齢福祉課 ☎(55)7116