

令和7年度
介護予防教室

のばせ！健康寿命

お口の健康



運動



栄養



社会参加



健康寿命をのばすために、普段の生活で実践できそうなことを見つけるための教室です。

みんなでのばそう！健康寿命！！

無料

対象 市内在住の65歳以上で介護認定を受けていない方
定員 各会場15名（先着順）
申込み ご希望の会場を決め、高齢者福祉課までお電話ください
☎ 0476-33-4593（高齢者福祉課直通）

※申し込み開始は**8月1日**です。

	日時	会場	申込締切日
1	10月22日(水) 午後	小林公民館	10月 1日(水)
2	10月28日(火) 午後	コスモスパレット	10月 7日(火)
3	11月11日(火) 午後	そうふけ公民館	10月21日(火)
4	11月26日(水) 午後	印旛公民館	11月 5日(水)
5	12月 3日(水) 午前	牧の原地域交流センター	11月12日(水)
6	12月 9日(火) 午前	コスモスパレット	11月17日(月)
7	1月21日(水) 午前	そうふけ公民館	12月26日(金)
8	1月28日(水) 午後	本埜公民館	1月 7日(水)
9	2月 9日(月) 午前	印西市役所	1月19日(月)
10	2月25日(水) 午後	印旛公民館	2月 4日(水)

★午前
10時～12時

午後は
13時30分～
15時30分です

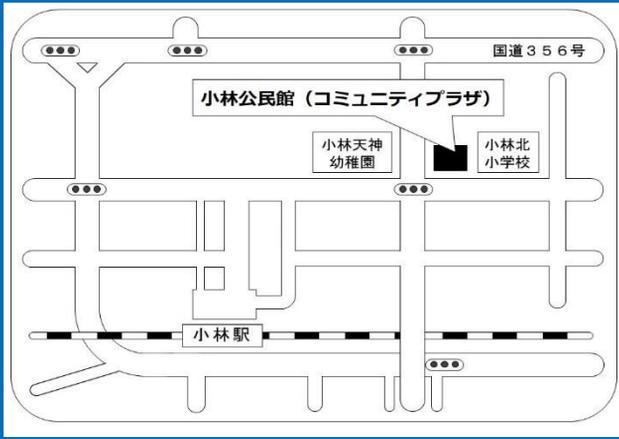
★どの会場も内容は
同じです

< 問合せ・申込先 > 高齢者福祉課 包括支援係
TEL 0476-33-4593（直）

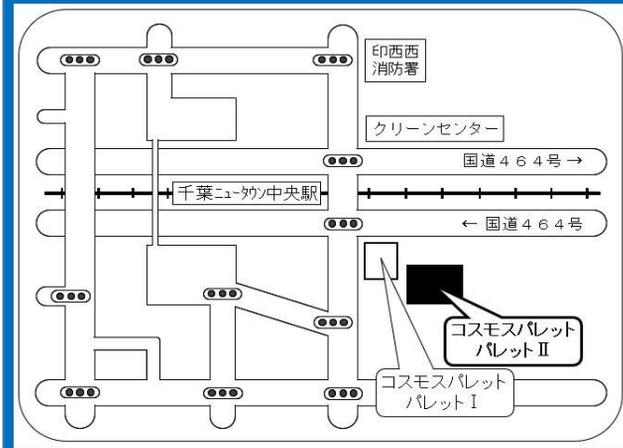


裏面に各会場の地図を載せています。参考にしてください→

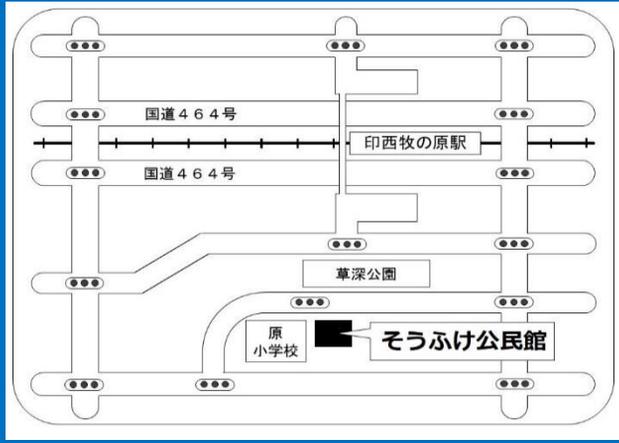
小林公民館 (コミュニティプラザ)
(小林北5-1-6)



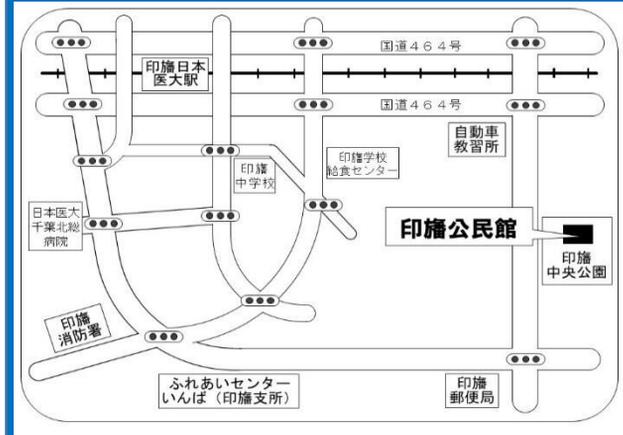
コスモスパレット(中央駅前地域交流館)パレットII
(中央南1-4-3)



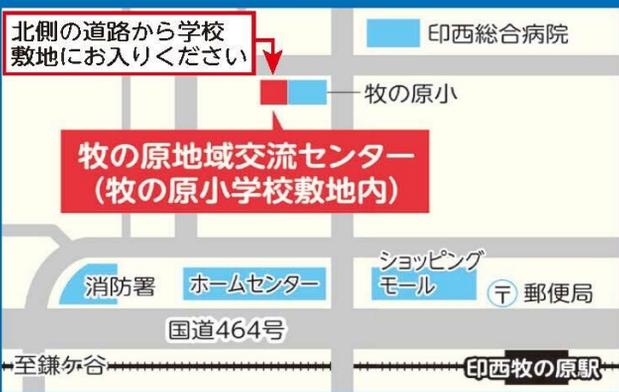
そうふけ公民館 (ふれあい文化館)
(原3-4)



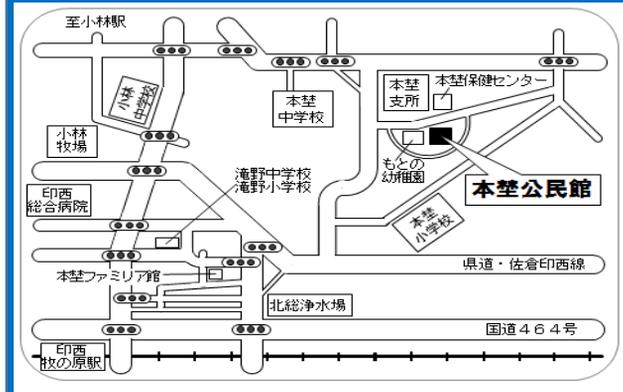
印旛公民館
(瀬戸1512)



牧の原地域交流センター
(牧の原3-1-2)



本埜公民館
(中根1375)



印西市役所
(大森2364-2)

