

令和8年度 介護予防教室

# のばせ! 健康寿命



各会場定員

15名  
(先着順)

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。



運動



栄養



お口の健康



社会参加

対象

市内在住の**65歳以上**で**介護認定を受けていない方**

**午前** は10時～12時、**午後** は13時30分～15時30分です

申込期限

2026年 10月20日(火) **午前** 文化ホール

9月29日

27日(火) **午後** 高花老人福祉センター

10月6日

11月 5日(木) **午前** 小林公民館

10月15日

27日(金) **午前** コスモスパレット パレットII

11月6日

12月 3日(木) **午後** 印旛公民館

11月12日

10日(木) **午前** 本埜公民館

11月19日

2027年 1月19日(火) **午前** コスモスパレット パレットII

12月28日

28日(木) **午後** そうふけ公民館

1月7日

2月 3日(水) **午後** 本埜ファミリア館

1月13日

10日(水) **午前** フレンドリープラザ

1月20日

どの会場も内容は同じで、参加費は無料です  
希望会場を決めて、高齢者福祉課までお電話ください

申込み開始日 **9月1日(火)**

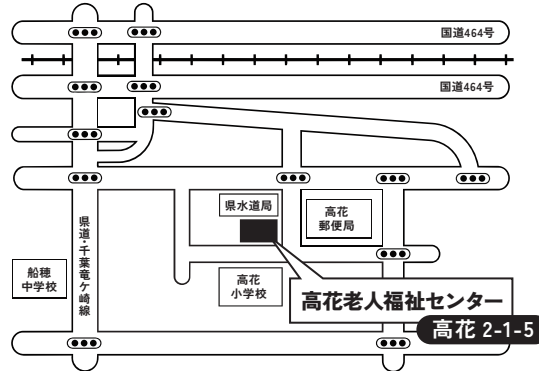
問い合わせ・申し込み先  
印西市 福祉部 高齢者福祉課 包括支援係

**0476-33-4593**

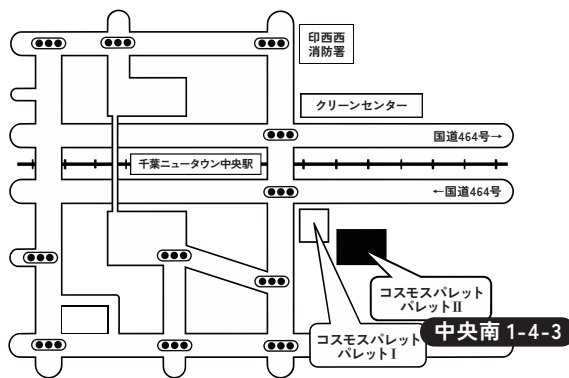
# のばせ! 健康寿命

## 会場マップ

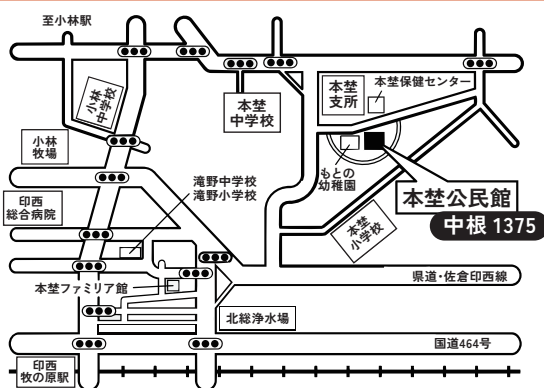
### 高花老人福祉センター (保健福祉センター)



### コスモスパレットパレットII (中央駅前地域交流館)



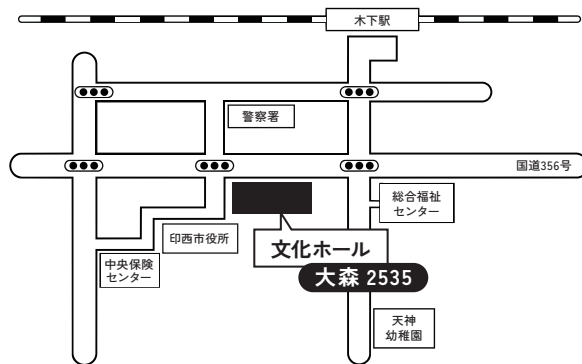
### 本埜公民館



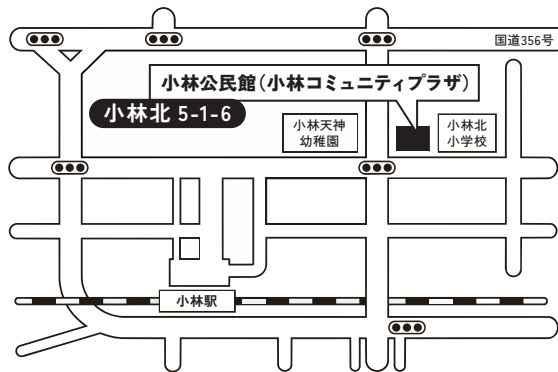
### 本埜ファミリア館



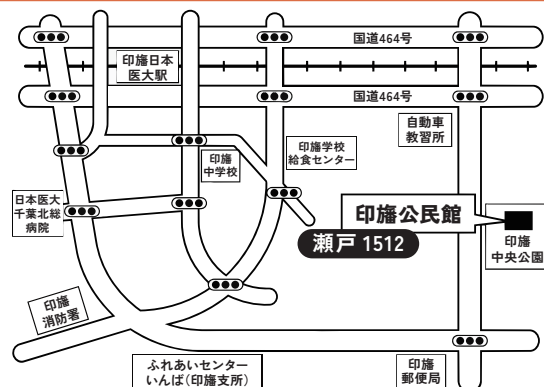
### 文化ホール



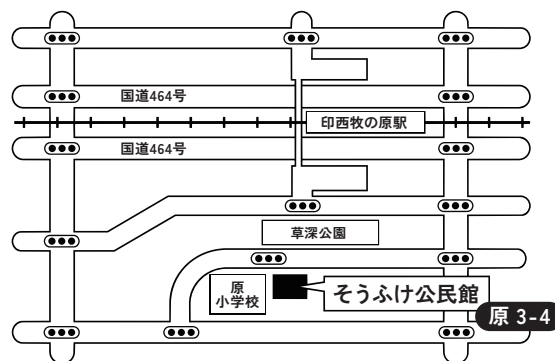
### 小林公民館 (小林コミュニティプラザ)



### 印旛公民館



### そうふけ公民館 (ふれあい文化館)



### フレンドリープラザ

