



2022年6月
220号

包括いきいき通信 No.60

包括のお役立ち講座

ご近所さんと



お友達と

おきがるに

お申し込みください ↓ ↓



令和4年度 **3講座 追加!**

講座名
1 いきいきと健やかに暮らす
2 認知症に強い脳をつくろう!
3 認知症サポーター養成講座
4 いきいき百歳体操
5 「ふれあい・いきいきサロン」をつくろう!
6 バランスよく食べて健口(けんこう)に!!
7 元気で住(す)まいる講座
8 レッツ!脳トレ
9 お出かけ上手は健康上手
10 みんなでつ・な・が・るミニゲーム NEW
11 悪徳商法に気をつけよう!
12 成年後見制度ってなあに? NEW
13 預けて安心自筆証書遺言保管制度 NEW
14 介護保険制度を知ろう!
15 脳卒中を予防しよう!
16 お薬のはなし

あたらしいの
出てるわね!

タマ子
お役立ち講座
の常連さん

受講無料!



当日は
よろしく
お願いします

OKです!

もしもし
包括さん?

お役立ち講座
受付担当

《申し込みの流れ》

- ・日時・場所・人数
- ・希望の講座を伝える

↓↓↓
申し込み用紙を包括へ

【受講の申し込み・問い合わせ】
地域包括支援センター(いきいきセンター)
玉野市宇野1-8-8
TEL: 0863-33-6600
FAX: 0863-33-6688

○対象: 玉野市内在住の方 おおむね5名以上
○会場: 会場の確保は各自でお願いします
○開催時間: 平日の午前9時から午後4時までの間で
1時間程度
※感染症対策にご協力をお願いします。