

やるっぴ！シニア元気塾

令和6年度
2期 参加者

大募集

がんばるっぴ



対象者 市内在住の65歳以上の方

内容

運動器機能、口腔機能、栄養改善の知識と技術(トレーニング)を学び、将来要介護状態にならないよう予防します。初日、最終日に「あたまの健康チェック」を行います。

※あたまの健康チェックとは、健康なうちから介護予防をするきっかけとなる、簡易的な認知機能チェックのことです。

会場

福祉の里八ツ田 3階(八ツ田町泉43)

参加費

無料

定員

20名

※申込み終了時点で募集定員を超えた場合は初回参加者優先で抽選を行います。

申込み期間

電話・窓口受付: 8月1日(木)～8月14日(水) 平日 9時～17時



Web受付: 8月1日(木)9時～8月14日(水)24時まで

日程

①9月20日(金) 9:30～12:00 あたまの健康チェック	⑥11月22日(金) 10:00～11:00 運動(トレーニング)
②9月27日(金) 10:00～11:00 口腔機能について	⑦12月6日(金) 10:00～11:00 運動(トレーニング)
③10月11日(金) 10:00～11:00 栄養改善について	⑧12月13日(金) 10:00～11:00 運動(トレーニング)
④10月25日(金) 10:00～11:00 運動(トレーニング)	⑨12月20日(金) 9:30～12:00 あたまの健康チェック
⑤11月8日(金) 10:00～11:00 運動(トレーニング)	

問い合わせ・申込み先

知立市東部地域包括支援センター(八ツ田町泉43番地)

電話: 0566-82-8855



申込みフォーム

申込みフォーム
だっぴ



申込み用紙

キリトリ

ふりがな 氏名		生年月日	大正 昭和
住所	〒 知立市	電話番号	